

**PENGARUH *SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING*
(SFBC) DALAM MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA
PESERTA DIDIK KORBAN *CYBERBULLYING* KELAS IX
MTs NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling**

Oleh :

Tedi Prambudi

NPM : 1511080309

Jurusan :

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2019 M**

**PENGARUH *SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING*
(SFBC) DALAM MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA
PESERTA DIDIK KORBAN *CYBER BULLYING* KELAS IX
MTs NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

Skripsi

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling**

Oleh :

**Tedi Prambudi
NPM : 1511080309**

Jurusan :

Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**Pembimbing I : Andi Thahir, M.A.,Ed.D
Pembimbing II : Hardiyansyah Masya, M.Pd**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2019 M**

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik Korban *Cyberbullying*. Berdasarkan hasil pra survei di MTs N 1 Bandar Lampung diketahui bahwa *Self Esteem* pada peserta didik yang menjadi korban *Cyberbullying* menjadi rendah. Salah satu penyebab rendahnya *Self Esteem* peserta didik adalah menjadi korban perilaku *cyberbullying*, yaitu dipanggil dengan sebutan nama yang tidak pantas, seperti memakai nama hewan, nama bagian tubuh tertentu, memanggil dengan nama orang tua, dihina atau direndahkan karena dianggap merebut teman atau hal-hal lainnya. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *quasi experiment*. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas IX MTs N 1 Bandar Lampung. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang terdiri dari dua kelompok. Metode Pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara, dokumentasi, dan kuesioner/angket. Analisis uji prasyarat menggunakan uji normalitas *Kolmogoriv-Smirnov*. Sedangkan untuk analisis data menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test*. Adapun hasil diketahui bahwa nilai *Z* hitung eksperimen $>$ *Z* hitung kontrol ($2,032 > 2,023$), hal ini menunjukkan bahwa *H₀* ditolak dan *H_a* diterima. Selain itu didapat nilai rata-rata *posttest* kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol ($97,8 > 88,2$). Jika dilihat dari hasil yang telah didapat maka kelas eksperimen mengalami peningkatan yang lebih besar dibandingkan kelas kontrol. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa konseling kelompok menggunakan pendekatan SFBC dapat meningkatkan *self esteem* peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung.

Kata Kunci: *Solution Focused Brief Counseling, Self Esteem, Cyberbullying*



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl.Letkol H.Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)783260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : PENGARUH SOLUTION FOCUSED BRIEFCOUNSELING (SFBC) DALAM MENINGKATKAN SELF ESTEEM PADA PESERTA DIDIK KORBAN CYBERBULLYING KELAS IX MTs NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020

Nama : Tedi Prambudi

NPM : 151180309

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk di Munaqosahkan dan di Pertahankan Dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II

Andi Thahir, M.A.,Ed.D
NIP.197604272007011015

Hardiyansyah Masya, M.Pd

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 1967062219940322002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **"PENGARUH SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING (SFBC) DALAM MENINGKATKAN SELF ESTEEM PADA PESERTA DIDIK KORBAN CYBERBULLYING KELAS IX DI MTs NEGERI 1 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2019/2020"**. Disusun oleh **TEDI PRAMBUDI, NPM: 1511080309**, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/Tanggal: Jum'at, 6 September 2019.

TIM SIDANG MUNAQOSYAH

Ketua : Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd
Sekretaris : Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog
Penguji Utama : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I
Penguji Pendamping I : Andi Thahir, M.A., Ed.D
Penguji Pendamping II : Hardiyansyah Masya, M.Pd

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd

NIP. 19640828 198803 2 002

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

“sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

*(QS. Al-Insyirah : Ayat 6)*¹



¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, (CV Penerbit Diponegoro, 2010) ,h.596

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati dan rasa syukur dari lubuk hati yang paling dalam skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Suparno dan Ibu Sugiarti yang telah berjuang dengan jerih payah, dengan sepenuh jiwa dan raga, menyayangi dan mengasihi, serta selalu mendukung dan mendidik saya, dan senantiasa mendoakan saya untuk meraih kesuksesan.
2. Adik saya Dimas Adilah Akbar, yang selalu menghibur dan memberikan semangat.
3. Almamater UIN Raden Intan Lampung yang telah banyak mengajarkan saya untuk belajar istiqomah, berfikir dan bertindak lebih baik.



RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir pada tanggal 24 Mei 1997 didesa Bangun Sari, Kecamatan Negeri Katon, Kabupaten Pesawaran. Penulis adalah anak pertama dari 2 bersaudara dari Bapak Suparno dan Ibu Sugiarti. Dengan adik bernama Dimas Adilah Akbar.

Penulis menempuh pendidikan formal dari jenjang Taman Kanak-kanak, kemudian SD Negeri 20 Negeri katon, kemudian SMP Negeri 9 Pesawaran, selanjutnya SMA Negeri 1 Adiluwih kab. Pringsewu, lulus pada tahun 2015.

Pada tahun 2015, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung melalui jalur UM-PTKIN UIN Raden Intan Lampung Tahun Ajaran 2015/2016. Selanjutnya, pada tahun 2018 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) didesa Sukabaru, Kecamatan Penengahan, Kabupaten Lampung Selatan. Penulis melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di Sekolah MTs N 1 Bandar Lampung.

Aktif dalam kegiatan baik didalam kampus maupun diluar kampus. Ada beberapa organisasi maupun UKM yang pernah saya ikuti, diantaranya : UKM INKAI, HmI (Himpunan Mahasiswa Islam) komisariat tarbiyah dan keguruan, dan HMJ BK, menjadi ketua devisi Sosmas, kemudian aktif dalam kegiatan IMABKIN, pelopor dalam mengaktifkan kembali IMABKIN Pengurus Daerah Lampung, mengikuti KONGRES IMABKIN ke-7 dikampus Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) Bandung, dan menjadi kandidat calon ketua umum IMABKIN Pengurus Pusat. (Ikatan Mahasiswa Bimbingan Konseling Indonesia)

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah SWT yang tak henti-hentinya melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti.

Terimakasih tiada bertepi penulis ucapkan kepada Ayah dan Ibu yang tiada hentinya mendoakan, memberikan kasih sayang dan memberi semangat kepada penulis dan telah banyak berkorban untuk penulis selama penulis menimba ilmu. Penyelesaian skripsi ini, penulis mendapat bantuan, masukan dan bimbingan dari berbagai pihak, karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung;
2. Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung;
3. Andi Thahir, M.A.,Ed.D selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih atas kesediaannya dalam membimbing, mengarahkan, memberikan saran & kritik yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini;
4. Hardiyansyah Masya, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan serta pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik;

5. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini;
6. Bapak Himat Tutasry, S.Pd.I selaku kepala sekolah MTs N 1 Bandar Lampung yang telah memberikan izin melaksanakan penelitian kepada penulis di sekolah yang beliau pimpin dan kepada khususnya Ibu Munkhalidah, S.Pd, Misnawati, S.Pd, Zaukat Jauhari, S.Pd yang telah membantu sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar;
7. Pakde Edi dan Bude Aslamiati, serta seluruh keluarga besar yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terima kasih atas semangat, dukungan dan doa kalian semua;
8. Bapak Suwito dan Ibu Sutini, Mas Edi dan Mbak Eka, juga teman sekaligus patner saya Rahmatya Nurfarida, S.Pd yang selalu tak henti-hentinya mendoakan dan mendorong untuk menyelesaikan tugas akhir ini;
9. Bunda Siti Bukit Kemuning, Emak KKN Sukabaru, Ibu Purwanti Candipura Kalianda, yang telah menganggap saya seperti anaknya sendiri, terima kasih atas do'a yang telah diberikan;
10. Teman seperjuangan kosan Abah Qomarudin, terima kasih sudah menjadi keluarga, menemani dalam suka duka, selama menempuh pendidikan dikampus UIN Raden Intan Lampung;
11. Teman-teman angkatan 2015 program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Nanang, Bayu, Rohmah, dan Adit, yang telah bersedia menjadi tim sukses saya serta seluruh teman-teman dari kelas A sampai E

yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih atas kebersamaannya selama ini;

12. Sahabat-sahabat PPL: Desi, Nita, Merli, Mas Salim dan lainnya;

13. Almamaterku tercinta.

Semoga Allah SWT membalas amal kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga bermanfaat. Aamiin.

Wassalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Bandar Lampung, Agustus 2019

Penulis,

Tedi Prambudi
NPM. 1511080309

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	13
C. Batasan Masalah	13
D. Rumusan Masalah	13
E. Tujuan Penelitian Manfaat dan Ruang Lingkup Penelitian.....	14
1. Tujuan Penelitian	14
2. Manfaat Penelitian	14
3. Ruang Lingkup Penelitian.....	15
 BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Solution Focused Brief Counseling (SFBC)</i>	
1. Pengertian SFBC	17
2. Konsep dasar SFBC	18
3. Tujuan SFBC.....	19
4. Peran & Fungsi Konselor Konseli	20
5. Kelebihan & Kelemahan SFBC	21
6. Tahap Pelaksanaan SFBC	23
B. <i>Self Esteem</i> (Harga Diri)	
1. Pengertian <i>Self Esteem</i>	27
2. Karakteristik <i>Self Esteem</i>	28
3. Aspek – Aspek <i>Self Esteem</i>	30
4. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Esteem</i>	31
5. Meningkatkan <i>Self Esteem</i>	33
6. Perkembangan <i>Self Esteem</i> Remaja	33
C. <i>Cyberbullying</i>	
1. Pengertian <i>Cyberbullying</i>	34
2. Aspek – Aspek <i>Cyberbullying</i>	35
3. Faktor Penyebab <i>Cyberbullying</i>	36
4. Dampak <i>Cyberbullying</i>	37

D. Penelitian Relevan	40
E. Kerangka Berfikir	42
F. Hipotesis Penelitian	44

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan & Desain Penelitian	45
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	48
C. Variabel Penelitian	50
D. Definisi Operasional Penelitian	51
E. Metode Pengumpulan Data	52
1. Observasi	52
2. Wawancara	53
3. Kuesioner (angket)	53
4. Dokumentasi.....	57
F. Pengembangan Instrumen Penelitian	57
G. Metode Analisis Data	57
1. Uji Hipotesis.....	58

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	59
1. Data Deskripsi <i>Pre Test</i>	60
2. Pengaruh Pendekatan SFBC	61
3. Data Deskripsi <i>Post Test</i>	65
B. Metode Analisis Data	66
1. Uji Hipotesis.....	66
C. Pembahasan	72

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	74
B. Saran	75

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data Peserta Didik <i>Self Esteem</i> Korban <i>Cyberbullying</i>	7
2. Populasi Penelitian	48
3. Korban <i>Cyberbullying</i>	49
4. Korban <i>Cyberbullying</i> yang memiliki <i>Self Esteem</i> rendah	50
5. Sampel Penelitian	50
6. Definisi Operasional Penelitian	51
7. Skor Alternatif Jawaban	54
8. Kriteria Korban <i>Cyberbullying</i>	55
9. Kriteria <i>Self Esteem</i>	56
10. Hasil <i>Pretest</i> kelompok Eksperimen	60
11. Hasil <i>Pretest</i> kelompok Kontrol	61
12. Jadwal Pelaksanaan Penelitian	61
13. Tahapan Pemberian Perlakuan	62
14. Hasil <i>Posttest</i> kelompok Eksperimen	65
15. Hasil <i>Posttest</i> kelompok Kontrol	66
16. Uji Hasil <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , <i>Gain Score</i> Kelompok Eksperimen	67
17. <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Kelompok Eksperimen	68
18. <i>Test Statistik</i>	68
19. Uji Hasil <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , <i>Gain Score</i> Kelompok Kontrol	69
20. <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Kelompok Kontrol	70
21. <i>Test Statistik</i>	70
22. Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kontrol	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berfikir	43
2. Pola <i>Non-equivalent Control Grup Design</i>	46
3. Grafik <i>Pretest, Posttest, Gain Score</i> Kelompok Eksperimen	67
4. Grafik <i>Pretest, Posttest, Gain Score</i> Kelompok Kontrol.....	69
5. Grafik Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kontrol	72



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Kisi-Kisi Observasi
2. Kisi-Kisi Wawancara
3. Kisi-Kisi Instrument Pengungkap Korban *Cyberbullying*
4. Angket Pengungkap Korban *Cyberbullying*
5. Hasil Uji Validitas Reabilitas Instrumen Pengungkap Korban *Cyberbullying*
6. Kisi-Kisi Instrument *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (CSEI)
7. Angket *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (CSEI)
8. Hasil Analisis Data Kelompok Eksperimen
9. Hasil Analisis Data Kelompok Kontrol
10. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
11. Dokumentasi Kegiatan Penelitian
12. Kartu Kendali Bimbingan
13. Surat Orisinal Skripsi
14. Surat Permohonan Penelitian
15. Surat Balasan Penelitian



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Teknologi informasi dan komunikasi pada saat ini sudah semakin berkembang, bahkan semakin canggih. Hampir seluruh aspek kehidupan masyarakat, teknologi informasi dan komunikasi sudah menjadi bagian didalamnya. Banyak informasi menyebar dengan begitu cepat, hingga tak jarang sulit dikendalikan, bahkan tidak dapat ditepis bahwa saat ini yang menggunakan teknologi informasi dan komunikasi mulai dari anak – anak, remaja, dewasa, sampai orang tua semakin dimajukan dengan kemajuan teknologi informasi dan komunikasi. Merujuk pada data hasil survei penggunaan teknologi informasi dan komunikasi yang dilakukan oleh kominfo pada tahun 2017, berdasarkan pengelompokan usia saja, untuk usia 9 – 19 tahun sebanyak 15,3 % dari jumlah penduduk di Indonesia.¹

Diantara sekian banyak hasil dari kemajuan teknologi informasi dan komunikasi, telpon pintar (*smart phone*) adalah salah satunya, dan saat ini hampir rata-rata setiap orang menggunakannya, di dalamnya terdapat fitur-fitur canggih dan juga sudah terhubung dengan internet, dan masih banyak lagi contoh-contoh hasil dari perkembangan kemajuan teknologi informasi dan komunikasi. Berbicara

¹Kominfo, *Survei Penggunaan TIK 2017 Serta Implikasinya Terhadap Aspek Social Budaya Masyarakat* , <https://www.slideshare.net/Literasidigital/Survey-Penggunaan-Tik>, Diakses Pada 5/01/2019.

tentang perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, sudah pasti terdapat manfaat yang dirasakan oleh penggunanya, salah satu manfaatnya adalah memudahkan penggunanya untuk bisa bertukar informasi tanpa harus bertatap muka antara satu sama lain. fitur yang disediakanpun dapat dengan mudah digunakan untuk mengirim atau menerima serta mencari informasi yang dibutuhkan melalui internet dan sosial media (sosmed). Banyaknya kemudahan tersebut tentu memberikan dampak perubahan perilaku penggunanya, baik dalam komunikasi maupun interaksi sosialnya.²

Berkenaan dengan komunikasi, maka perlu adanya pengawasan, apabila komunikasi tanpa adanya pengawasan, maka akan menimbulkan penyimpangan atau efek samping³, baik dilakukan oleh pengirim informasi maupun penerima informasi. Jika perkembangan teknologi informasi dan komunikasi ini tidak dapat dikontrol atau diluar kendali, maka akan menimbulkan hal-hal yang negatif dan mengarah pada penyimpangan. Sebagai contoh, pada saat ini banyak sekali pengguna, mulai dari usia anak-anak, sampai dengan usia dewasa/orang tua menggunakan sosial media sebagai tempat untuk berkomunikasi dan berinteraksi, contohnya *facebook*, *whatsapp*, *instagram*, *twitter*, *line*, dan masih banyak lainnya. Diantara sekian banyak penggunanya, remaja adalah yang paling sering menggunakan, karena pada tahap usia perkembangan remaja, keinginan untuk mendapatkan dan menambah teman dirasa sangat dibutuhkan dan menjadi

²Ameliola Syifa Dan Nugraha Hanggara Dwiudha, “Perkembangan Media Informasi Dan Teknologi,” In *Prosiding The 5th International Conference On Indonesian Studies: “Ethnicity And Globalization,”* 2013, 362–71.

³Ertuğrul Usta, “University Students ’ Views About Their Cyberbullying Behaviors And Self-Exposition,” *Journal Of Education And Practice* 8, No. 22 (2017): 67–71.

kesenangan tersendiri. Walau tidak dipungkiri bahwa sekarang mulai dari usia anak-anak sampai dengan orang tua, juga banyak menggunakan sosial media.⁴

Berdasarkan penelitian yang dilakukan *Pew Internet and American Life Project*, didapatkan informasi bahwa 93% remaja (usia 12-17) sering online dan dari anak-anak yang telah menggunakan internet (usia 0-5), 80% nya setidaknya menggunakannya seminggu sekali. Sedangkan orang dewasa melihat sosial media dan internet sebagai tempat untuk menemukan informasi sedangkan remaja lebih melihat social media dan internet sebagai sarana untuk berkomunikasi dan bersosialisasi.⁵

Merve Sezer, Ismail Sahin, dan Ahmet Oguz, menyimpulkan dalam penelitiannya yaitu ketika peserta didik menggunakan internet secara aktif, resiko resiko terkena dampak negatifnya akan jauh lebih besar ketimbang peserta didik yang tidak terlalu aktif dalam menggunakan internet, maka perlu adanya pemahaman peserta didik untuk dapat bijak menggunakan internet, sadar akan manfaat dan bahaya yang terdapat didalamnya, yang merupakan bentuk dari teknologi informasi dan komunikasi yang semakin berkembang.⁶ Perlu diperhatikan juga, pada usia remaja, orang tua memiliki peran penting dalam mengoptimalkan serta mengawasi anaknya dalam mengikuti arus perkembangan teknologi informasi dan komunikasi.⁷

⁴Rizki Amalia, "*Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Solution Focused Brief Therapy Untuk Meningkatkan Self Esteem Dan Self Disclosure Siswa Sma Negeri 12 Pekanbaru (Tesis)*" (Universitas Negeri Semarang, 2017).

⁵Rahayu Flourensia Sapty, "*Cyberbullying Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Teknologi Informasi*," *Journal Of Information Systems* 8, No. 1 (2012): 1–10.

⁶Merve Sezer, Ismail Sahin, Dan Ahmet Oguz Akturk, "*Cyberbullying Victimization Of Elementary School Students And Their Reflections On The Victimization*," *International Journal Of Social, Management, Economics And Business Engineering* 7, No. 12 (2013): 1942–45.

⁷Syifa Dan Dwi Yudha, "*Perkembangan Media Informasi Dan Teknologi*."

Dalam sebuah penelitian lainya menyebutkan bahwa remaja yang sering berkomunikasi dengan teman mereka di sosial media, mengatakan bahwa dampak dari komunikasi melalui social media membuat mereka merasa “lebih dekat” dengan temannya, namun ada resiko yang berkaitan dengan komunikasi disosial media, karena remaja merasa lebih nyaman mengungkapkan topik-topik personal secara online dari pada pada saat berkomunikasi secara langsung, maka tidak heran mereka merasa lebih dekat dengan orang yang mereka ajak komunikasi. Saat remaja menemui teman mereka lagi, mereka akan merasa lebih terhubung dari pada kondisi yang sebenarnya, sehingga meningkatkan kemungkinan mereka melangkah terlalu jauh atau memiliki harapan yang palsu tentang hubungan pertemanan mereka. Maka resiko berikutnya remaja cenderung kecanduan berkomunikasi melalui social media (internet).⁸

Dampak negatif yang paling sering terjadi yaitu salah satunya tindakan *cyberbullying*. *Cyberbullying* itu sendiri merupakan bentuk kekerasan yang dialami seseorang dan dilakukan oleh teman seusianya, melalui jaringan internet atau sering disebut dunia maya. Bentuk dari tindakan *cyberbullying* pun beragam, seperti menghina, mengolok-olok, mengintimidasi, bahkan sampai mempermalukan orang lain baik dalam bentuk gambar maupun tulisan melalui media sosial. Gejala yang biasa ditunjukkan oleh korban *cyberbullying* adalah stres, depresi, frustrasi, rendah diri, rasa malu, absensi yang berlebihan, dan juga membolos. Selain itu, peserta didik yang menjadi korban *cyberbullying* juga

⁸ Spty, *Ibid.* h.5

mungkin berujung dengan gangguan stres terkait karena hidup dalam keadaan ketakutan dan kecemasan.⁹

Umat muslim meyakini, didalam Al-Qur'an menjelaskan bahwa tidak diperkenankan untuk membalas perkataan buruk orang lain terhadap diri kita, walaupun demi menyampaikan kebenaran, bahkan sekalipun dengan alasan untuk membela islam itu sendiri, Allah SWT tidak pernah memberi izin untuk membalasnya. Allah SWT berfirman dalam surah Al – Qasas ayat 55 :

وَإِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ وَقَالُوا لَنَا أَعْمَلُنَا وَلَكُمْ أَعْمَلُكُمْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ لَا نَبْتَغِي الْجَاهِلِينَ ﴿٥٥﴾

Artinya :

"Dan apabila mereka mendengar perkataan yang buruk, mereka berpaling darinya dan berkata, Bagi kami amal-amal kami dan bagimu amal-amal kamu, semoga selamatlah kamu, kami tidak ingin (bergaul) dengan orang-orang bodoh"¹⁰

Cyberbullying merupakan bentuk baru dari tindakan *bullying*, *bullying* diartikan sebagai tindakan agresif yang sengaja dilakukan oleh individu atau kelompok dengan tujuan melukai orang lain secara berulang kali dimana orang lain tersebut tidak memiliki penghargaan diri yang tinggi dan tidak dapat membela dirinya sendiri. Tindakan *cyberbullying* tidak memandang umur maupun jenis kelamin, dan yang menjadi korban pada umumnya adalah anak yang lemah, pemalu, pendiam, hubungan sosial rendah, tertutup, atau mempunyai ciri tubuh tertentu yang dijadikan bahan ejekan, cemoohan, sindiran, bagi sebagian orang hanya terkesan suatu hal yang sepele dan hanya bagian dari bencana, namun pada

⁹Allison Paolini, "Cyberbullying : Role Of The School Counselor In Mitigating The Silent Killer Epidemic," *International Journal Educational Technology* 5, No. 1 (2018): 1–8.

¹⁰Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, (CV Penerbit Diponegoro, 2010), h.516

kenyataannya hal ini bisa menjadi senjata tajam untuk mengancurkan seseorang dan perilaku tersebut bisa mengancam kehidupan di sekolah, rumah, dan lingkungan.¹¹

Hasil Pra-Penelitian di MTs Negeri 1 Bandar Lampung terdapat 10 peserta didik yang menjadi korban *bullying* dan bentuk *bullying* yang terjadi pada masalah ini adalah *cyberbullying*. Pada kasus ini korban sering kali disindir didalam grup kelas (grup *whatsapp*), disindir dan di olok-olok di *story whatsapp*, dan aplikasi sosial media lainnya. Pra-penelitian dilakukan melalui observasi didapatkan tabel dengan melihat indikator *cyberbullying* menurut Willard dalam jurnal psikologi industry dan organisasi, beberapa bentuk *cyberbullying* yang sering diterima seseorang, antara lain *flaming* (menerima pesan kasar dan vulgar), *harassment* (menerima pesan yang ofensif)¹², *cyberstalking* (diikuti dan diancam), *denigration* (pencemaran nama baik), *impersonation* (peniruan), *outing & trickery* dan *exclusion*.¹³ Kemudian berikutnya memperhatikan indikator *self esteem* yang dikemukakan oleh Coopersmith yaitu perasaan berharga, perasaan mampu, dan perasaan diterima. Peserta didik dengan *self esteem* rendah akan memiliki perasaan inferior, tergolong sebagai orang yang cepat berputus asa dan depresi, merasa diasingkan dan tidak diperhatikan kurang dapat mengekspresikan diri,

¹¹Ozgun Erdur Baker Dan Ibrahim Tanrikulu, “*Psychological Consequences Of Cyber Bullying Experiences Among Turkish Secondary School Children*,” *Procedia Social And Behavioral Sciences* 2, No. 2 (2010): 2771–76, <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.413>.

¹²Randy Prawita Putra Dan Atika Dian Ariana, “Gambaran Strategi Coping Stress Pada Remaja Korban Cyberbullying,” *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi* 5, No. 1 (2016): 1–10.

¹³Risna Kartika, “Efektivitas Assertive Training Dalam Menangani Korban Cyberbullying (Penelitian Eksperimen Kuasi Terhadap Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Bandung Tahun Pelajaran 2013/2014),” *Repository UPI* (Universitas Pendidikan Indonesia, 2014).

tidak konsisten, pasif terhadap lingkungan.¹⁴ Berpegang pada indikator tersebut, penulis mendapatkan data hasil observasi sebagai berikut :

Tabel 1
Data Peserta Didik *Self Esteem* korban *Cyber Bullying*

Peserta Didik	Bentuk gejala <i>Self Esteem</i> korban <i>Cyber Bullying</i>		
	Tidak memiliki perasaan berharga yang baik	Tidak memiliki perasaan mampu yang baik	Tidak memiliki perasaan diterima yang baik
JRS	✓	—	✓
AA	—	✓	✓
AK	✓	—	✓
RO	✓	✓	—
LA	✓	✓	✓
DS	✓	✓	✓
DB	—	✓	✓
HNZ	✓	✓	—
HW	✓	—	✓
TGS	—	✓	✓
Total	8 Peserta didik	7 Peserta didik	8 Peserta didik

Sumber : Hasil observasi dikelas IX (pada saat penulis praktek pengalaman lapangan peserta didik masih kelas VIII) MTs Negeri 1 Bandar Lampung¹⁵

Pada tabel tersebut, dapat dipahami bahwa keadaan setiap peserta didik memiliki kondisi yang berbeda. Sebagai contoh peserta didik berinisial JRS, bentuk gejala yang dialami berupa tidak memiliki perasaan berharga dan perasaan diterima yang baik, kemudian peserta didik dengan inisial AA tidak memiliki perasaan mampu yang baik juga tidak memiliki perasaan diterima yang baik. Sama halnya dengan kedelapan peserta didik setelahnya. Inilah yang menjadikan tanda peserta didik tersebut memiliki *self esteem* rendah.

¹⁴ Ns Muhammad Suhron, *Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self Esteem* (Jakarta: Mitra Wacana Media, 2017).H.33

¹⁵ Data Hasil Pra-Penelitian Kelas XI Di Mts N 1 Bandar Lampung

Guna memperkuat hasil observasi, dan menyelaraskan teori dan fakta dilapangan, penulis melakukan wawancara dengan guru BK kelas IX, yang dalam hal ini menjadi *stakeholder* penting karena ketika didalam sebuah kelas terdapat masalah, wali kelas akan berkordinasi dengan guru BK, berdasarkan wawancara dengan guru BK, terdapat kasus *bullying* dalam bentuk *cyberbullying*, dan dapat disimpulkan yang dialami peserta didik korban *cyberbullying*, berupa dipanggil dengan sebutan nama yang tidak pantas, seperti memakai nama hewan, nama-nama bagian tubuh tertentu, diolok-olok dengan kalimat yang yang tidak pantas, terkadang dipanggil nama dengan sebutan nama orang tua, dihina atau direndahkan hanya karna gaya foto tertentu, direndahkan hanya karna dianggap merebut teman, dan lain-lain.¹⁶

Tindakan *cyberbullying* ini berlanjut didalam kelas dan dilingkungan sekolah, akibatnya korban yang menjadi sasaran tindakan *cyberbullying* beranggapan bahwa dirinya sendirilah yang menjadi sumber masalah dan memilih untuk menarik diri dari lingkungannya dan mengakibatkan *self esteem* korban menjadi rendah atau menurun dari yang sebelumnya¹⁷. Tindakan *cyberbullying* yang dialami oleh salah satu korban berupa dikirim pesan berbentuk cacian, cemoohan dan hinaan seperti yang dilakukan di *story whatsapp* dan *instagram*, terdapat siswi berumur 13 tahun yang menjadi sasaran tindakan *cyberbullying*, ia di ganggu atau dibully oleh sekelompok individu yang dilakukan di sosial media

¹⁶ Hasil Wawancara Dengan Guru BK Kelas IX Di Mts Negeri 1 Bandar Lampung

¹⁷ Setianingrum Amalia, "Pengaruh Empati, Self-Control, Dan Self-Esteem Terhadap Perilaku Cyberbullying Pada Siswa Sman 64 Jakarta (Skripsi)" (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015).

dan diteruskan didalam kelas. Inilah yang membuat korban *cyberbullying* takut dengan apa yang akan terjadi selanjutnya.¹⁸

Bentuk tindakan *cyberbullying* yang terjadi yakni dengan mengirimkan pesan yang berisikan cacian dan hinaan, kemudian menyebarkan gosip atau berita buruk yang tidak menyenangkan melalui media sosial berupa komentar, gambar dan status yang dibuat di sosial media¹⁹. Penanganan guru BK pada saat itu sudah dilakukan dengan tindakan konseling secara singkat peserta didik yang bersangkutan (korban *cyberbullying* melaporkan pelaku *cyberbullying* kepada guru BK) namun masih belum maksimal dan cenderung focus pada pelakunya. Peserta didik korban *cyberbullying* diketahui memiliki karakteristik seperti sulit berkomunikasi dengan teman sebaya, cenderung pendiam, pemalu, tertutup, beranggapan diri rendah, sehingga korban menjadi target sasaran empuk bagi pelaku *cyberbullying*. Maka penulis menyimpulkan perlu adanya usaha penerapan teknik atau pendekatan yang baru dan dalam hal ini belum pernah dilakukan sebelumnya, untuk menyelesaikan masalah dan fokus pada korban.

Melihat permasalahan tersebut penting bagi peserta didik untuk bisa mengkonstruksikan solusi dari masalahnya dari pada terus fokus memikirkan permasalahannya. Individu dengan harga diri rendah cenderung memandang dirinya secara negatif dan terfokus pada kelemahan dirinya. Menurut Mujiyati dalam jurnal penelitiannya yang berjudul “meningkatkan *self esteem* korban *bullying* dengan teknik *assertive training*”, orang-orang yang mempunyai harga

¹⁸ Guru BK Di Mts Negeri 1 Bandar Lampung

¹⁹ Fifit Fitriansyah, “Efek Komunikasi Massa Pada Khalayak (Studi Deskriptif Penggunaan Media Sosial Dalam Membentuk Perilaku Remaja),” Jurnal Humaniora Bina Sarana Informatika 18, No. 2 (2018): 171–78.

diri yang tinggi pada umumnya percaya pada kekuatan dan yakin kemampuannya sendiri, biasanya akan menghargai dirinya lebih positif, lebih optimis, dan yakin akan solusi untuk masa depannya.²⁰ Peserta didik yang memiliki tingkat *self esteem* rendah akan mengira bahwa dirinya tidak akan bisa mengerjakan sesuatu secara maksimal, berusaha untuk menghindari masa lalu, dihantui ketakutan akan kegagalan.²¹ Oleh sebab itu, dibutuhkan sebuah strategi konseling yang dapat membantu peserta didik korban *cyberbullying* untuk meningkatkan *self esteem* yang dimiliki oleh peserta didik.

Al-Qur'an mengajarkan bahwa harga diri dari kualitas terbaik seorang mukmin adalah takwa kepada Allah SWT. dalam islam, tingginya keimanan menunjukan tingginya derajat manusia sebagaimana yang tertulis dalam Al-Qur'an surat Ali 'imron ayat 139 :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya :

“Dan janganlah kamu merasa lemah, dan janganlah (pula) bersedih hati, sebab kamu paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”²²

Islam menganjurkan kepada umatnya agar tidak merasa rendah diri dari orang lain, tetapi juga tidak boleh merasa lebih tinggi dari orang lain. Walaupun sepanjang hidup didunia selalu dalam kesulitan dan kesusahan, tetaplah harus berfikir positif bahwa kelimpahan dan kenikmatan akan Allah berikan kelak

²⁰ Mujiyati, “Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training,” Jurnal Fokus Konseling 1, No. 1 (2015): 1–12.

²¹ Damar Kristanto, “Pengaruh Orientasi Fashion, Money Attitude Dan Self-Esteem Terhadap Perilaku Pembelian Kompulsif Pada Remaja (Studi Pada Konsumen Produk Telepon Selular Di Surabaya),” 2011.

²² Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, (CV Penerbit Diponegoro, 2010) ,H.67

diakhirat. Maka orang yang bisa berfikir positif seperti itu, tetap tersenyum bahagia dalam menjalankan kehidupan walau bertemu dengan kesulitan.

Berdasarkan hal tersebut maka, perlu diadakannya upaya meningkatkan *self esteem* peserta didik yang teridentifikasi sebagai korban *cyberbullying*. Untuk itu penulis menggunakan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dengan asumsi bahwa peserta didik yang memiliki *self esteem* rendah menunjukkan tanda menutup diri, ini berakibat pandangan negatif terhadap diri sendiri dan menganggap bahwa diri sendiri lemah yang menyebabkan tidak bisa melakukan apa yang diharapkan oleh diri sendiri.

SFBC mempunyai asumsi-asumsi bahwa manusia itu sehat, memiliki kapasitas untuk membangun, merancang ataupun mengkonstruksikan solusi-solusi, sehingga individu tersebut tidak terus menerus berputar dalam problem yang sedang ia hadapi. Manusia tidak perlu terpaku pada masalah, namun ia lebih berfokus pada solusi, bertindak dan mewujudkan solusi yang ia inginkan. Pendekatan ini lebih mengajak klien/peserta didik kepada perubahan dan bersifat positif bagi dirinya, ini dilakukan dengan cara membantu meningkatkan *self esteem* dirinya dan mengarahkan pada kekuatan dan kemampuan yang dimiliki untuk menatap masa depannya, bukan terpaku pada masa lalu yang membuat *self esteem* nya menurun.²³

Penulis memilih dan memberikan pendekatan SFBC, dengan maksud merubah persepsi masalah dalam hal rekonstruksi kognitif peserta didik dengan tujuan mengubah pemikiran peserta didik yang irasional seperti memandang diri

²³ Kaharja Dan Eva Latifah, "Pengaruh Konseling Islami *Solution Focused Brief Therapy* Terhadap *Self Esteem* Siswa Mtsn Bantul Kota," Jurnal Pendidikan Agama Islam XIII, No. 1 (2016): 1–18.

sendiri penuh kelemahan, ke arah rasional dan kemudian membantu peserta didik dalam menyelesaikan masalahnya, seperti dalam kelebihan pendekatan SFBC yaitu membangun dan menekankan kekuatan peserta didik dan mengkonstruksi solusi pada *problem* yang dihadapinya. Maka peserta didik akan menyadari bahwa setiap orang, selain memiliki kekurangan atau kelemahan, juga memiliki kelebihan/kekuatan, kemudian pandangan peserta didik terhadap dirinya sendiri, yang semula negative berubah menjadi positif, dengan begitu peserta didik akan mampu menentukan solusi dan melakukan apa yang diharapkan oleh dirinya sendiri untuk masa depannya, hal ini senada dengan inti dari pendekatan SFBC yang membantu individu untuk mengkonstruksikan solusi bagi dirinya, focus pada solusi bukan pada masalahnya, serta mengutamakan pandangan positif untuk dirinya dan focus pada masa depannya bukan masa lalunya.²⁴

Berdasarkan pemaparan di atas penulis menyimpulkan bahwa pendekatan SFBC adalah upaya membantu peserta didik dalam menyelesaikan permasalahannya, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “meningkatkan *self Esteem* peserta didik korban *cyberbullying* melalui pendekatan *solution focused brief counseling* (SFBC) pada peserta didik kelas IX MTs Negeri 1 Bandar lampung”. Hal yang akan dilihat adalah *self esteem* peserta didik korban *cyberBullying* setelah diberikan layanan SFBC.

²⁴ Ashari Mahfud, Dewi Susanti, Dan M.Harwansyah Putra Sinaga, *Expanding Of Counseling Service, World Views, Violence And Sexual Abuse Victims* (Padang: Proceeding 4 Th International Counseling Seminar, 2016). H,394

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka ridentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Dari 10 Peserta didik, terdapat 8 peserta didik tidak memiliki perasaan berharga akibat korban *cyberbullying*
2. Dari 10 Peserta didik, terdapat 7 peserta didik tidak memiliki perasaan mampu akibat korban *cyberbullying*
3. Dari 10 Peserta didik, terdapat 8 peserta didik tidak memiliki perasaan diterima akibat korban *cyberbullying*
4. Belum ada layanan atau konseling yang dikhusus kan untuk penanganan korban *bullying*, terlebih dalam bentuk *cyberbullying*

C. Batasan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah “Pengaruh *solution focused brief counseling* (SFBC) untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka permasalahan yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah “Apakah *solution focused brief counseling* (SFBC) berpengaruh dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020?”

E. Tujuan, Manfaat, dan Ruang Lingkup Penelitian

1. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Untuk menentukan tahap - tahap yang tepat dalam penerapan pendekatan SFBC dalam menangani permasalahan bidang *self esteem*.

b. Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui tingkat *self esteem* pada peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020.
- 2) Untuk mengetahui, apakah *solution focused brief counseling* (SFBC) dapat meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020.

2. Manfaat Penelitian

Berdasarkan manfaat dari penggunaan pendekatan SFBC, yakni mampu membangun dan mengkonstruksikan solusi-solusi bagi masalah konseli, maka hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

a. Bagi Peserta Didik

Peserta didik mampu menerapkan hasil tahap-tahap *solution focused brief counseling* (SFBC).

b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Bagi guru bimbingan dan konseling dilingkungan MTs Negeri 1 Bandar Lampung, agar memiliki inovasi layanan bimbingan dan konseling yang tepat bagi permasalahan yang dihadapi peserta didik.

c. Bagi Peneliti

Agar dapat mengambil sumbangan informasi serta pemikiran dari pendekatan SFBC dapat meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020.

3. Ruang Lingkup Penelitian

a. Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling bidang *self esteem*.

b. Ruang Lingkup Objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *cyberbullying* melalui pendekatan SFBC yang dilaksanakan di sekolah.

c. Ruang Lingkup Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020.

d. Ruang Lingkup Wilayah

Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah MTs Negeri 1 Bandar Lampung.

e. Ruang Lingkup Waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilakukan pada semester ganjil tahun pelajaran 2019/2020.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC)

1. Pengertian SFBC

Konseling singkat berfokus pada solusi adalah pemberian bantuan berupa perlakuan konseling yang dibangun di atas kekuatan klien dengan membantunya memunculkan dan mengkonstruksikan solusi pada *problem* yang dihadapinya. Konseling ini lebih menekankan pentingnya masa depan ketimbang masa lalu atau masa kini. Dalam pendekatan berfokus solusi ini, konselor dan klien mencurahkan sebagian besar waktunya untuk mengkonstruksi solusi ketimbang mengeksplorasi masalah.¹

Pendekatan ini menekankan pada konseling singkat yang berorientasi pada masa depan (*future focused*) serta langsung pada tujuan (*goal directed*). Dalam hal ini Bill O'Connel menyebutkan pendekatan ini sebagai bentuk dari konseling singkat yang membangun kekuatan klien. Pendekatan ini memberikan sudut pandang yang lebih positif terhadap manusia yang meyakini bahwa klien memiliki kekuatan dan mampu menentukan solusinya sendiri. SFBC merupakan

¹Eka Dewa Ayu, "Konseling Singkat Berfokus Solusi Untuk Meningkatkan Orientasi Masa Depan Bidang Pendidikan Pada Remaja Smp 4 Pandak Bantul, Yogyakarta" 2014.h.8

bentuk terapi singkat yang membangun kekuatan konseli dengan membantunya membangun dan mengkonstruksi solusi terhadap masalahnya.

2. Konsep Dasar SFBC

Konsep dasar konseling singkat berfokus solusi ini, atau yang disebut SFBC berbeda dari terapi tradisional lainnya, sebab pendekatan ini menghindari masa lalu yang mempengaruhi masa sekarang dan masa depan dan konselor fokus pada apa yang mungkin dilakukan sehingganya mengarah pada harapan yang ingin dicapai. Perlu diingat bahwa tidak perlu untuk mengetahui penyebab masalah untuk menyelesaikannya dan bahwa tidak ada hubungan antara penyebab masalah dan solusi mereka.

Menilai masalah tidak diperlukan untuk perubahan terjadi. Mengetahui dan memahami masalah tidak penting, tapi yang terpenting adalah mencari solusi. Setiap orang mungkin banyak mempertimbangkan, dan apa yang benar untuk satu orang mungkin tidak benar untuk orang lain. Dalam SFBC, klien memilih tujuan yang ingin dia capai. Sedikit perhatian diberikan dalam melihat atau menjelajahi munculnya masalah. Dalam hal ini konselor membantu klien yang memiliki kompetensi dan menerapkannya ke arah solusi. Inti dari *solution focused brief counseling* adalah membangun harapan klien dan optimisme dengan menciptakan harapan positif.²

² Ibid. *Ibid.* h.9

3. Tujuan SFBC

Tujuan konseling singkat berfokus solusi mencerminkan beberapa gagasan dasar tentang perubahan, interaksi, untuk mencapai tujuan. Konselor berfokus solusi percaya bahwa setiap orang memiliki kemampuan untuk menentukan tujuan pribadi yang bermakna bagi dirinya sendiri dan bahwa mereka memiliki sumber daya yang diperlukan untuk memecahkan masalah mereka sendiri. Menurut Prochaska & Norcross, Tujuan adalah unik untuk setiap klien dan dibangun oleh klien untuk menciptakan masa depan yang lebih baik. Selama fase awal konseling, itu adalah bagian penting bahwa klien diberi kesempatan untuk mengekspresikan apa yang mereka inginkan dari konseling dan apa kekhawatiran mereka dalam mengeksplorasi.

Dari kontak pertama dengan klien, konselor berusaha untuk menciptakan iklim yang akan memfasilitasi perubahan dan mendorong klien untuk berpikir dalam berbagai kemungkinan. Konselor singkat berfokus solusi, mengarah pada adanya perubahan perlahan yang dapat menyebabkan hasil yang positif. Karena keberhasilan cenderung untuk membangun sendiri, tujuan sederhana dipandang sebagai awal dari perubahan. Konselor menggunakan pertanyaan-pertanyaan seperti yang mengandaikan perubahan, mengandaikan beberapa jawaban, dan tetap diarahkan pada tujuan dan berorientasi masa depan.³

³ Sobhy M dan Cavallaro M, "American Counseling Association," *VISTA Online*, 2010, 1-1.

4. Peran dan Fungsi Konselor Konseli

Konseling singkat berfokus solusi ini menekankan bahwa klien memiliki peran sepenuhnya dalam proses terapi, konseli adalah orang yang akan menentukan arah dan tujuan percakapan. Pada bagian peran dan fungsi konselor konseli, Corey menjelaskan bagaimana peran dan fungsi seorang konselor terhadap konseli, yaitu sebagai berikut :

- a) Terapis ahli digantikan oleh klien sebagai ahli, terutama ketika menentukan apa yang diinginkan klien dalam hidup mereka.
- b) Proses terapi melibatkan pemikiran klien tentang masa depan mereka dan apa yang mereka inginkan berbeda dalam hidup mereka.
- c) Terapis mengadopsi posisi tidak tahu untuk menempatkan klien dalam posisi menjadi ahli tentang hidup mereka sendiri.
- d) Terapis menciptakan iklim saling menghormati, dialog, mengingatkan (*affirmation*) dimana klien mengalami kebebasan untuk membuat, mengeksplorasi dan bersama menulis cerita-cerita mereka.
- e) Terapis membantu untuk klien membayangkan bagaimana mereka ingin hidup menjadi berbeda dan apa yang diperlukan untuk membuat perubahan dalam hidup klien.
- f) Terapis juga mengajukan pertanyaan sehingga menghasilkan jawaban yang akan dikembangkan untuk pertanyaan selanjutnya.
- g) Terapis membangun hubungan yang terapeutik.

Pandangan Corey pun kemudian diulas kembali oleh Shazer dan menyimpulkan kembali dengan menggambarkan hubungan yang mungkin akan berkembang antara konselor dan klien, yaitu :

- a) *Customer* (pelanggan): klien dan terapis bersama-sama mengidentifikasi masalah-masalah dan solusi untuk mencapai tujuan. Klien menyadari bahwa untuk mencapai sasarnya, usaha pribadi akan perlu dilakukan.
- b) *Complaint* (pengadu): Klien menjelaskan masalah namun klien tidak mampu atau tidak mau untuk membangun peran dalam membuat solusi. Dalam situasi ini klien umumnya mengharapkan terapis untuk mengubah orang lain.
- c) *Visitor* (pengunjung): klien datang kepada terapis karena orang lain (pasangan, orang tua, atau guru) yang berpikir bahwa klien memiliki masalah dan klien mungkin tidak setuju bahwa mereka memiliki masalah.⁴

5. Kelebihan dan Kelemahan SFBC

Kelebihan SFBC adalah :

- a) Efektif dan efisien dengan berbagai masalah, umumnya diterima dengan baik oleh klien, mendorong dan memberdayakan, dan menawarkan cara-cara baru berpikir tentang membantu orang .
- b) Memungkinkan orang untuk menggunakan kekuatan dan sumber daya mereka sendiri dalam mengatasi masalah di masa depan.
- c) Banyak artikel menyimpulkan bahwa *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) ini efektif

⁴ Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (9th edition). California:Brooks/Cole,2013, h.17.

- d) *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) membuat kontribusi penting untuk konseling dan psikoterapi. Banyak terapis percaya bahwa *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) efektif dan telah memberikan intervensi yang kuat. Penggunaan teknik dan penekanan pada perubahan perilaku merupakan konsep inovatif dalam terapi.

Kelebihan dari *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) ini juga dipaparkan kembali oleh Glading, yaitu:

- a) Pendekatan ini menekankan pada singkatnya waktu konseling dan pemberdayaan keluarga klien
- b) Pendekatan ini fleksibel dan mempunyai banyak riset yang membuktikan keefektifannya
- c) Pendekatan ini positif sifatnya untuk digunakan dengan klien yang berbeda-beda
- d) Pendekatan ini difokuskan pada perubahan dan dasar pemikiran yang menekankan perubahan kecil pada tingkah laku.
- e) Pendekatan ini dapat dikombinasikan dengan pendekatan konseling lainnya seperti eksistensialisme misalnya.

Kelemahan dari *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) adalah sebagai berikut:

- a) Dalam mendefinisi masalah, terapis perlu kehati-hatian.
- b) Terlihat bahwa pelaksanaannya mudah, namun perlu terapis yang ahli dan berpengalaman

- c) Kesalah pahaman antara terapis dan klien, serta pihak terkait kebutuhan keberhasilan klien dalam terapi singkat. Terapis harus berhati-hati dalam memastikan bahwa pendekatan ini cukup memenuhi kebutuhan klien.⁵

6. Tahap Pelaksanaan SFBC

a. Mengidentifikasi Keluhan Dipecahkan

Mengidentifikasi keluhan dipecahkan merupakan langkah pertama yang penting dalam pengobatan. Tidak hanya memfasilitasi pengembangan tujuan dan intervensi, tetapi mempromosikan perubahan. Klien dan terapis berkolaborasi untuk membuat gambar dari keluhan yang menempatkan solusi mereka di tangan. Pertanyaan frase terapis sehingga klien berkomunikasi optimisme dan memiliki harapan untuk melakukan perubahan dan memberikan dorongan. Kesulitan klien dipandang sebagai normal dan dapat diubah. Terapis lebih baik bertanya, "Apa yang menyebabkan anda untuk membuat janji sekarang?" Daripada "Masalah apa yang mengganggu anda?" Atau bertanya, "Apa yang anda ingin ubah?" Daripada "Bagaimana saya dapat membantu anda?"

Terapis menggunakan empati, summarization, parafrase, pertanyaan terbuka, dan keterampilan mendengarkan aktif lainnya untuk memahami situasi klien dalam hal yang jelas dan spesifik. Dalam SFBC menyajikan keluhan tidak dilihat sebagai gejala atau bukti patologi. Sebaliknya, mereka dilihat sebagai fungsi dari interaksi berhasil dengan orang lain atau kesalahan penanganan pengalaman sehari-hari. Terapis konseling berfokus solusi sering menggunakan

⁵ Seelligman, Linda, *Theories of Counseling and Psychotherapy (9th edition)*, (New Jersey: Merril Prentice Hall, 2006), h. 17.

skala pertanyaan untuk menentukan dasar dan memfasilitasi identifikasi kemungkinan dan kemajuan.

b. Menetapkan Tujuan

Terapis berkolaborasi dengan klien untuk menentukan tujuan yang spesifik, dapat diamati, diukur dan kongkrit. Tujuan biasanya mengambil tiga bentuk: mengubah kerjaan situasi bermasalah, mengubah pandangan tentang masalah atau *frame of reference*; dan mengakses sumber daya, solusi, dan kekuatan. Sekali lagi, pertanyaan mengandaikan keberhasilan. "Apa yang akan menjadi tanda pertama dari perubahan?", "Bagaimana anda akan tahu kapan terapi ini telah membantu anda?". Detail diskusi tentang perubahan positif didorong untuk mendapatkan pandangan yang jelas tentang solusi yang klien ungkapkan. Salah satu cara adalah melontarkan pertanyaan ajaib. Pertanyaan tersebut dilontarkan dengan intonasi yang perlahan dan suara yang menghipnotis. Hal tersebut diharapkan dapat membuat klien terbuka dan responsif.

c. Intervensi

Ketika melakukan intervensi terapis menarik pemahaman tentang klien dengan kreatif dan strategi yang membuat klien terdorong melakukan perubahan, walaupun kadang hanya pertanyaan kecil yang dilontarkan oleh terapis. Sebagai contoh "Apa yang anda lakukan di masa lalu ketika Anda bertemu dengan situasi yang sama?", "Bagaimana Anda membuat hal itu terjadi?" dan "Apa yang perlu Anda lakukan untuk memiliki itu terjadi lagi?".

d. Strategi Tugas

Ini umumnya ditulis sehingga klien dapat memahami dan menyetujui tugas mereka. Tugas secara hati-hati direncanakan untuk memaksimalkan kerjasama klien dan menggapai tujuan. Orang-orang memuji upaya dan keberhasilan mereka dan untuk kekuatan mereka dalam menyelesaikan tugas. Penilaian hati-hati klien adalah penting dalam menentukan suatu tugas yang sesuai. De Shazer mengidentifikasi tiga jenis tugas, masing-masing terkait dengan tingkat motivasi klien:

- 1) Jika klien sebagai pengunjung atau *window shoppers* (melihat-lihat) yang belum memperlihatkan keluhan atau harapan perubahan, terapis hanya harus memberikan pujian. Menunjukkan tugas premature cenderung mengarah ke kegagalan yang dapat membahayakan proses pengobatan.
- 2) Jika klien adalah pengadu yang memiliki keprihatinan dan mengharapkan perubahan, tapi umumnya pada orang lain dari pada diri mereka sendiri, terapis harus menunjukkan tugas observasi. Ini membantu klien lebih sadar tentang situasi yang mereka hadapi dan lebih mampu menggambarkan keinginan mereka. Terapis mungkin menyarankan “Sembari menunggu pertemuan selanjutnya, saya ingin Anda melihat hal-hal yang terjadi pada Anda.”
- 3) Jika klien adalah pelanggan yang ingin mengambil langkah-langkah untuk mencari solusi masalah mereka, terapis dapat menyarankan tugas tindakan dengan harapan bahwa mereka akan berhasil. Tugas harus baik

untuk memberdayakan klien dan membawa efek perubahan pada keluhan mereka.

e. Perilaku Baru yang Positif dan Perubahan Diidentifikasi dan Ditekankan

Pertanyaan fokus pada perubahan, kemajuan, dan kemungkinan dan mungkin termasuk "Bagaimana Anda membuat itu terjadi? "Siapa yang melihat perubahan?" dan "Bagaimana sesuatu yang berbeda ketika Anda melakukan itu?" Terutama selama tahap pengobatan, terapis konseling berfokus solusi berfungsi sebagai semacam pemandu sorak (penyemangat) untuk klien mereka.

f. Stabilisasi

Stabilisasi sangat penting dalam membantu orang mengkonsolidasikan kekuatan mereka dan secara bertahap membuat mereka dalam arah yang lebih efektif dan penuh harapan. Selama tahap ini, terapis mungkin benar-benar menahan kemajuan dan memprediksi beberapa kemunduran. Ini memberikan klien waktu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan mereka, memberitahu tentang keberhasilan selanjutnya dan mencegah mereka menjadi berecil hati jika perubahan yang klien inginkan tidak terjadi seperti yang mereka harapkan.

g. *Termination* (Penghentian)

Penghentian terapi terjadi, karena klien yang kini telah mencapai tujuan mereka. Karena SFBC berfokus pada penyajian keluhan daripada resolusi masalah kecil mungkin perubahan terjadi tidak signifikan, itu sehingga klien dapat kembali untuk melakukan perawatan tambahan. Fokus SFBC tidak hanya pada mengatasi masalah namun mengembangkan proses kepercayaan diri, lebih banyak mendengar dan memuji daripada untuk menyalahkan, dan menemukan kekuatan

dan sumber daya klien. Klien SFBC dapat menjadi lebih mandiri dan mampu mengatasi kesulitan yang akan datang.⁶

B. *Self Esteem* (Harga Diri)

1. Pengertian *Self Esteem*

Self esteem yaitu penilaian diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain. *Self esteem* merupakan hasil penilaian yang dilakukannya dan perlakuan oranglain terhadap dirinya dan menunjukkan sejauh mana individu memiliki rasa percaya diri serta mampu berhasil dan berguna. Harga diri seorang anak bergantung pada sosial anak, keterampilan dalam berhubungan dengan teman sebaya dan orang dewasa, keterampilan ini berhubungan pada harga diri seseorang karena dengan keterampilan sosial yang baik cenderung membangun yang baik pula dengan menerima unpan baik positif dari oranglain dan seorang anak dengan keterampilan sosial yang buruk cenderung memiliki hubungan yang tidak memuaskan dan menerima umpan balik negative.⁷

Rosenberg menyatakan bahwa *self esteem* merupakan komponen afektif, kognitif, dan evaluative yang bukan hanya merupakan persoalan pribadi ataupun psikologis tetapi juga interaksi sosial.

⁶ Corey, Gerald. 2013. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (9th edition). California:Brooks/Cole, h.50

⁷ Surya Wijayanti dan Elisabeth Christiana, “Penerapan Latihan Asertif Untuk Meningkatkan *Self Esteem* korban Verbal Bullying pada siswa kelas XI SMAN 11 Surabaya” (Surabaya, 2016).

Self esteem yang tinggi lebih peka kritik dari lingkungan, tetapi menerima dan mengharapkan masukan verbal dan non verbal dari oranglain untuk menilai dirinya. Individu yang mempunyai *self esteem* tinggi lebih menghargai diri sebagai orang yang bernilai, penting, dan berharga dan mempercayai pandangan serta pengalaman diri sebagai pengalaman yang nyata dan benar. Seseorang yang tidak menghargai atau menghormati dirinya sendiri akan merasa kurang percaya diri dan banyak berjuang dengan segala keterbatasan dirinya, sehingga mereka sering terlibat dalam tingkah laku yang salah atau rentan untuk dieksploitasi dan disalahgunakan oleh orang lain.⁸

Menurut Coopersmith mengungkapkan bahwa harga diri adalah evaluasi diri yang dibuat seseorang, biasanya untuk dipertahankan, dan sebagian berasal dari interaksi seseorang dengan lingkungannya dan dari sejumlah penghargaan, penerimaan, dan perhatian oranglain yang diterimanya. Secara singkat harga diri adalah "*personal judgement*" mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya.⁹

2. Karakteristik *Self Esteem* (Harga Diri)

Coopersmith memaparkan, individu yang memiliki *self esteem* tinggi seperti:

- a. Aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik.
- b. Berhasil dalam bidang akademik dan menjalin hubungan sosial.
- c. Dapat menerima kritik dengan baik

⁸ Ns Muhammad Suhron, *Asuhan keperawatan jiwa konsep self esteem* (jakarta: Mitra Wacana Media, 2017),h.29-30

⁹Flynn,H.K, "*self esteem theory and measurement*", [www. thirdspace.ca /articles/kohlflyn.htm](http://www.thirdspace.ca/articles/kohlflyn.htm) , diakses 28 desember 2018

- d. Percaya pada persepsi dan reaksinya sendiri.
- e. Tidak terpaku pada dirinya sendiri atau hanya memikirkan kesulitannya sendiri.
- f. Memiliki keyakinan diri, tidak didasarkan atas fantasi, karena mempunyai kemampuan, kecakapan dan kualitas diri yang tinggi.
- g. tidak terpengaruh oleh penilaian orang lain tentang kepribadian
- h. lebih mudah menyesuaikan diri dengan suasana yang menyenangkan sehingga tingkat kecemasannya rendah dan memiliki ketahanan diri yang seimbang.

Sedangkan individu dengan *self esteem* rendah :

- a. memiliki perasaan inferior.
- b. Takut gagal dalam membina hubungan sosial
- c. Terlihat sebagai orang yang putus asa dan depresi.
- d. Merasa diasingkan dan tidak diperhatikan.
- e. Kurang dapat mengekspresikan diri.
- f. Sangat tergantung pada lingkungan.
- g. Tidak konsisten.
- h. Secara pasif mengikuti lingkungan.¹⁰

Dalam pembahasan lain pun ada yang menjelaskan karakteristik *self esteem* rendah yaitu Merasa tidak puas dengan diri, lebih sering mengalami emosi yang negatif (stress, sedih, marah), ingin menjadi orang lain atau berada di posisi orang lain, sulit menerima pujian, tetapi terganggu oleh kritik, sulit menerima kegagalan

¹⁰ Ibid. Ibid.h.34

dan kecewa berlebihan saat gagal, memandang hidup dan berbagai kejadian dalam hidup sebagai hal yang negatif, menganggap tanggapan orang lain sebagai kritik yang mengancam, dan membesar-besarkan peristiwa negatif yang pernah dialami. Dalam konteks kesehatan mental, harga diri memiliki peran penting. Individu yang memiliki harga diri tinggi berarti memandang dirinya secara positif. Individu dengan harga diri tinggi sadar akan kelebihan - kelebihan yang dimilikinya dan memandang kelebihan lebih penting dari kelemahannya. Individu yang memiliki harga diri rendah memandang secara negative, pandangan individu dari perspektif kelemahan diri, dan terfokus pada kelemahan dirinya.¹¹ Sedangkan Individu yang memiliki *self esteem* tinggi lebih suka mengambil peran yang aktif dalam kelompok social untuk mengekspresikan pandagannya secara terus menerus dan efektif dan tidak bermasalah dengan rasa takut dan perasaan saling bertentangan, tidak terbebani dengan keraguan diri, gangguan kepribadian, dan individu yang memiliki *self esteem* tinggi lebih mandiri menyesuaikan diri dengan situasi, menunjukkan kepercayaan yang besar bahwa mereka akan berhasil.

3. Aspek - Aspek *Self Esteem*

Berlandaskan Coopresmith, aspek-aspek yang terkandung dalam *self esteem*, ada tiga yaitu :

a. Perasaan Berharga

Merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika individu tersebut merasa dirinya berharga dan dapat menghargai orang lain. Individu yang merasa dirinya berharga cenderung dapat mengontrol tindakan – tindakannya

¹¹ Kaharja dan Eva Latifah, “Pengaruh Konseling Islami Solution Focused Brief Therapy Terhadap *Self esteem* Siswa MTsN Bantul Kota,” Jurnal Pendidikan Agama Islam XIII, no. 1 (2016): 1–18.

terhadap dunia diluar dirinya. Selain itu individu tersebut juga dapat mengekspresikan dirinya dengan baik dan dapat menerima kritik dengan baik.¹²

b. Perasaan Mampu

Merupakan perasaan yang dimiliki oleh individu pada saat dia merasa mampu mencapai suatu hasil yang diharapkan. Individu ini menyukai tugas baru dan menantang, aktif dan tidak cepat bingung bila segala sesuatu berjalan diluar rencana.

c. Perasaan Diterima

Perasaan ini dimiliki individu ketika ia dapat diterima sebagai dirinya sendiri oleh suatu kelompok.¹³

4. **Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Self Esteem**

Berikut ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi *self esteem*:

a) Usia

Perkembangan *self esteem* ketika seseorang memasuki masa anak-anak dan remaja, seseorang akan memperoleh harga diri mereka dari teman, orang tua, dan guru pada saat mereka sekolah.

b) Ras

Keanekaragaman budaya dan ras tertentu dapat mempengaruhi *self esteem* nya untuk menjunjung tinggi rasnya.

¹² Suhron, *Ibid.* h.36.

¹³ *Ibid.* *Ibid.* h.32

c) Etnis

Dalam kehidupan social dan bermasyarakat terdapat etnis tertentu yang menilai bahwa sukunya lebih tinggi derajatnya sehingga dapat mempengaruhi *self esteem* nya.

d) Pubertas

Merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang ditandai munculnya karakteristik seks sekunder dan kemampuan reproduksi seksual yang dapat menimbulkan perasaan menarik sehingga mempengaruhi *self esteem* nya.

e) Berat Badan

Rangkaian perubahan berat badan yang paling jelas yang tampak pada masa remaja adalah perubahan fisik. Hormon - hormon baru diproduksi oleh kelenjar endoktrin, dan membawa perubahan dalam ciri-ciri seks primer dan memunculkan ciri-ciri seks sekunder. Seorang individu lalu mulai terlihat berbeda dan sebagai konsekuensi dari hormon yang baru dalam penambahan atau penurunan berat badan, dia sendiri mulai merasa ada yang berbeda.

f) Jenis kelamin

Menunjukkan bahwa remaja pria akan menjaga harga dirinya untuk bersaing dan berkeinginan untuk menjadi lebih baik dari remaja putri khususnya dalam mencapai prestasi belajar dikelas sehingga dapat mempengaruhi harga diri remaja tersebut.¹⁴

¹⁴ Ibid.Ibid. h.40

5. Meningkatkan *Self Esteem*

Hal hal yang dapat meningkatkan *self esteem* seseorang menurut pendapat Coopersmith adalah keberhasilan yang diperoleh selama dirinya berinteraksi dengan lingkungan. Keberhasilan tersebut antara lain :

- a. *Power*, kemampuan untuk mempengaruhi atau menguasai orang lain.
- b. *Virtue*, kesesuaian diri dan kecemasan dalam mengemukakan tentang dirinya
- c. *Significance*, penerimaan perhatian keluarga
- d. *Competence*, kesuksesan dan perasaan ketidakpuasan.

Dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan harga diri yakni dengan mengenali diri sendiri dengan segala kekurangan dan kelebihan, agar dapat menerima diri sendiri dengan apa adanya, dan memanfaatkan kelebihan dan keahlian yang dimiliki serta mengembangkan pemikiran bahwa semua orang memiliki derajat yang sama.

6. Perkembangan *Self Esteem* Remaja

Memasuki usia remaja, isu yang paling penting dan kritis pada masa remaja adalah pencarian identitas diri. Remaja memiliki lingkungan sosial yang lebih luas, sehingga penilaian dari orang-orang yang berarti selain orang tua, seperti teman sebaya, memiliki pengaruh yang besar terhadap rasa kebahagiaan diri dan kompetensinya. Identitas diri tidak dapat dipisahkan dari *self esteem*. Remaja mengembangkan *self esteem* lebih luas dan relevan dengan aspek-aspek yang dimilikinya seperti pandangan dirinya terhadap pertemanan, percintaan, serta kompetensinya. Harga diri menjadi tidak stabil karena remaja sangat

memperhatikan dan memperdulikan kesan yang mereka buat terhadap orang lain. Usaha untuk menyenangkan banyak orang inilah yang dapat menimbulkan frustrasi.¹⁵

C. *Cyberbullying*

1. Pengertian *Cyberbullying*

Intimidasi dunia maya atau nama lain dari *cyberbullying* adalah segala bentuk kekerasan yang dialami anak atau remaja dan dilakukan teman seusia mereka melalui dunia maya atau internet. Intimidasi dunia maya adalah kejadian manakala seorang anak atau remaja diejek, dihina, diintimidasi, atau dipermalukan oleh anak atau remaja lain melalui media internet, teknologi digital atau telepon seluler.

Cyberbullying merupakan salah satu bentuk dari *bullying* secara verbal dan non-verbal yang dilakukan melalui media elektronik seperti komputer atau telepon selular, seperti mengirimkan pesan singkat yang berisi kebencian terhadap seseorang, mengatakan hal-hal yang menghina perasaan orang lain, sindiran dalam sebuah chat, atau menyebarkan isu yang tidak benar mengenai seseorang.¹⁶

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *cyberbullying* adalah suatu bentuk tindakan intimidasi atau *bullying* yang dilakukan secara verbal dan non verbal dengan menggunakan media alat elektronik seperti smartphone seperti mengirimkan pesan singkat yang berisi hinaan, ejekan, sindiran, atau

¹⁵ Ibid.. h.45

¹⁶ Syam Ananda Amalia, "*Tinjauan Kriminologis Terhadap Kejahatan Cyberbullying*" (Universitas Hasanudin Makasar, 2015).

menyebarkan berita yang tidak benar sehingga korban merasa terisolasi, diperlakukan tidak manusiawi, dan tidak berdaya hingga depresi.

2. Aspek-Aspek Cyberbullying

Bentuk-bentuk praktek *cyberbullying* yang sering dilakukan antara lain:

- a. Mengirimkan email dan sms yang berisikan cacian dan hinaan.
- b. Menyebarkan gossip atau berita buruk yang tidak menyenangkan melalui jejaring sosial berupa komentar, gambar dan status yang dibuat.
- c. Menggugah atau membeberkan beberapa identitas target tanpa ijin.
- d. Mengunggah video yang memalukan yang bisa di akses semua orang.

Umumnya terdapat 3 elemen baik dalam setiap praktek *bullying* dan *cyberbullying*, yaitu : Pelaku (*bullies*), Korban (*victims*) dan Saksi peristiwa (*bystander*). Beberapa jenis dari *cyberbullying* yang dilakukan oleh pelaku sebagai berikut¹⁷ :

1. *Flaming* (terbakar): yaitu mengirimkan pesan teks yang isinya merupakan kata-kata yang penuh amarah dan frontal. Istilah “flame” ini pun merujuk pada kata-kata di pesan yang berapi-api. *Harassment* (gangguan): pesan-pesan yang berisi gangguan yang menggunakan email, sms, *WhatsApp*, *LINE* maupun pesan teks di jejaring sosial dilakukan secara terus menerus
2. *Denigration* (pencemaran nama baik): yaitu proses mengumbar keburukan seseorang di internet, facebook, line, instagram dan sosial media lainnya dengan maksud merusak reputasi dan nama baik orang tersebut.

¹⁷ Ibid. Amalia

3. *Impersonation* (peniruan): berpura-pura menjadi orang lain dan mengirimkan pesan-pesan atau status yang tidak baik
4. *Outing*: menyebarkan rahasia orang lain, atau foto-foto pribadi orang lain
5. *Trickery* (tipu daya): membujuk seseorang dengan tipu daya agar mendapatkan rahasia atau foto pribadi orang tersebut
6. *Exclusion* (pengeluaran): secara sengaja dan kejam mengeluarkan seseorang dari grup online.
7. *Cyberstalking*: mengganggu dan mencemarkan nama baik seseorang secara intens sehingga membuat ketakutan besar pada orang tersebut.¹⁸

3. Faktor Penyebab Cyberbullying

Ada berbagai faktor mengapa kasus *bullying* bisa terjadi. Faktor-faktor tersebut bisa dikelompokkan menjadi 2, diantaranya yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor Internal

Faktor internal yaitu faktor penyebab yang berasal dari dalam diri pelaku, misalnya faktor psikologis. Gangguan psikologis seperti gangguan kepribadian ataupun gangguan emosi bisa disebabkan karena beragaimasalah yang dihadapi oleh seorang anak. Banyak pelaku *cyberbullying* dipengaruhi oleh faktor psikologi. Tetapi umumnya perilaku *cyberbullying* mereka dipengaruhi oleh toleransi sekolah atas perilaku *bullying* sikap guru, dan faktor lingkungan yang lain. Selain itu, lingkungan keluarga juga mempengaruhi perilaku *bullying*, *Bully* biasanya berasal dari keluargayang memperlakukan mereka dengan kasar.

¹⁸ Risna Kartika, "Efektivitas Assertive Training dalam Menangani Korban Cyberbullying (Penelitian Eksperimen Kuasi Terhadap Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Bandung Tahun Pelajaran 2013/2014)," *Repository UPI* (Universitas Pendidikan Indonesia, 2014).

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang memicu terjadinya *bullying* ada bermacam-macam, seperti pengaruh lingkungan (teman sebaya), keluarga yang kurang harmonis, faktor ekonomi keluarga, dan acara televisi yang kurang mendidik serta kecanggihan teknologi pada era globalisasi yang sangat mungkin memicu terjadinya *cyberbullying*.¹⁹ Motivasi pelakunya juga beragam. Ada yang melakukannya karena marah dan ingin balas dendam, frustrasi, ingin mencari perhatian bahkan ada pula yang menjadikannya sekadar hiburan pengisi waktu luang.

4. Dampak *Cyberbullying*

Tidak ada orang yang mengalami *cyberbullying* akan lolos tanpa mengalami bekas-bekas *cyberbullying* tersebut pada dirinya, baik secara emosional maupun secara psikologis, entah itu merupakan dampak yang besar ataupun kecil.²⁰ Berikut ini ada beberapa dampak *cyberbullying* yang bisa terjadi:

a) Dipermalukan

Tujuan para pem-bully memang untuk membuat korbannya jatuh secara mental demi kesenangan diri mereka sendiri. Korban *bullying* akan merasa dipermalukan dalam waktu yang lama, bahkan mungkin seumur hidup, karena di dunia *cyber* semua materi yang dimasukkan dan berkaitan dengan *bullying* tersebut akan selalu ada dan mengusik sang korban.

¹⁹ Lioano Rovi Frederck Rumbai, "Tindak Pidana *Cyberbullying* Dalam Media Sosial Menurut Uu No. 11 Tahun 2008 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik," *Lex Privatum* 5, no. 7 (2017): 1–9.

²⁰ Rahayu Flourensia Spty, "Cyberbullying Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Teknologi Informasi," *Journal of Information Systems* 8, no. 1 (2012): 1–10.

b) Stres dan Depresi

Mengalami penghinaan dan tekanan terus menerus akan meningkatkan frekuensi perasaan sedih dan melankolis yang akan mengarah kepada terbentuknya stres dan depresi pada korban *cyberbullying*.

c) Kehilangan Rasa Percaya Diri

Keyakinan terhadap diri sendiri perlahan akan menghilang ketika mengalami *bullying*. Merasa diri tidak berharga dan tidak pantas ditolong, dan berbagai pandangan serta perasaan negatif lainnya.

d) Paranoid

Cemas dan selalu merasa tidak aman adalah dampak lain dari *cyberbullying*. Paranoid merupakan salah satu dari macam – macam gangguan jiwa yang bisa terjadi pada manusia.

e) Menjadi Pelakunya

Seorang korban bisa saja menjadi pelaku untuk mempertahankan diri ataupun hanya sekedar meniru.

f) Gangguan Kesehatan

Kondisi fisik pun bisa juga terpengaruh oleh stres yang dirasakan akibat menjadi korban *bullying*. Penyakit-penyakit seperti gangguan jantung, tekanan darah tinggi atau gangguan pencernaan bisa diderita oleh para korban *bullying*.

g) Prestasi yang Menurun

Hilangnya minat dan konsentrasi terhadap pelajaran sekolah juga dapat menjadi salah satu dampak dari *cyber bullying*. Hal itu disebabkan karena sang korban terlalu fokus kepada bagaimana cara untuk mengakhiri rundungan yang

ditujukan kepadanya, ataupun juga telah lelah dan kehilangan semangat untuk menjalani aktivitasnya sehari-hari.

h) Melakukan tindakan Kriminal

Sebagai bentuk pelampiasan akan *bullying* dan kekerasan sosial yang dialaminya, seseorang korban *cyberbullying* bisa jadi justru akan menjadi pelaku dari tindakan kriminal.

i) Menjadi Agresif

Salah satu dampak lainnya adalah perubahan karakter. Lingkungan yang dipenuhi oleh orang-orang yang bertemperamen agresif secara tidak langsung akan turut memberi pengaruh ke alam bawah sadar seseorang hingga ia juga menjadi orang yang agresif perilakunya.

j) Merasa terisolasi

Cyberbullying akan membuat korbannya merasa terkucil dan kesepian. Pengalaman ini tentu saja menyakitkan karena bagi remaja, pergaulan dengan teman adalah suatu hal yang penting.

k) Bunuh Diri

Cyberbullying meningkatkan resiko bunuh diri. Anak-anak yang disiksa terus menerus oleh teman sebaya melalui pesan teks, pesan instan, media sosial dan lainnya seringkali akan mulai merasa putus asa. Bisa saja mulai berkembang pemikiran bahwa satu-satunya jalan untuk melepaskan diri adalah dengan bunuh diri.

D. Penelitian Relevan

Berdasarkan telaan pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Bambang Dibyo Wiyona, dengan judul “Keefektifan *Solution Focused Brief Group Counseling* untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa SMK pada tahun 2015”, hasil penelitian ini adalah pendekatan *Solution Focused Brief Group Counseling* efektif untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa SMK.
2. Penelitian berikutnya dilakukan oleh Dewa Ayu Eka, dengan judul “Konseling singkat berfokus solusi untuk meningkatkan orientasi masa depan bidang pendidikan pada tahun 2014”, hasil penelitian ini adalah intervensi konseling singkat berfokus solusi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan orientasi masa depan bidang pendidikan.
3. Penelitian berikutnya dilakukan oleh Tina Hayati Dahlan, dengan judul “Model konseling singkat berfokus solusi *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) untuk meningkatkan daya psikologis mahasiswa pada tahun 2009”, dan mendapatkan hasil bahwa model konseling singkat berfokus solusi efektif untuk meningkatkan hampir semua aspek - aspek daya psikologis kecuali aspek asertivitas.
4. Berikutnya kajian dilakukan oleh Ashari Mahfud, dengan judul “*Solution Focused Brief Therapy Approach in peer counseling to increase student's self esteem of the bullying victim* pada tahun 2016”, mendapatkan hasil

bahwa pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* dapat meningkatkan *self esteem* korban *bullying*.

Agar tidak dianggap sebagai plagiat, yang membedakan penelitian ini dengan keempat penelitian diatas dan sebagai bentuk keterbaruan penelitian adalah terletak pada permasalahan yang alami peserta didik, yaitu menjadi korban *bully*, namun bentuk *bully* yang dialami merupakan fenomena dan bentuk baru dari *bully* yaitu *cyberbullying*. Secara sederhananya seseorang disebut korban *cyberbullying* ketika menerima perlakuan seperti diolok-olok orang lain berulang kali secara online atau berulang kali diganggu orang lain melalui jejaring media social, email, pesan teks atau memposting sesuatu tentang orang lain yang tidak disukai atau dianggap aib, maka disitulah menjadi korban *cyberbullying*. Kemudian jika peserta didik mengalami penolakan atau gangguan dari lingkungan, inilah yang membuat peserta didik menganggap dirinya tidak berarti bagi dirinya sendiri maupun bagi orang lain yang menandakan bahwa individu tersebut mempunyai harga diri (*self esteem*) yang rendah.

E. Kerangka Berfikir

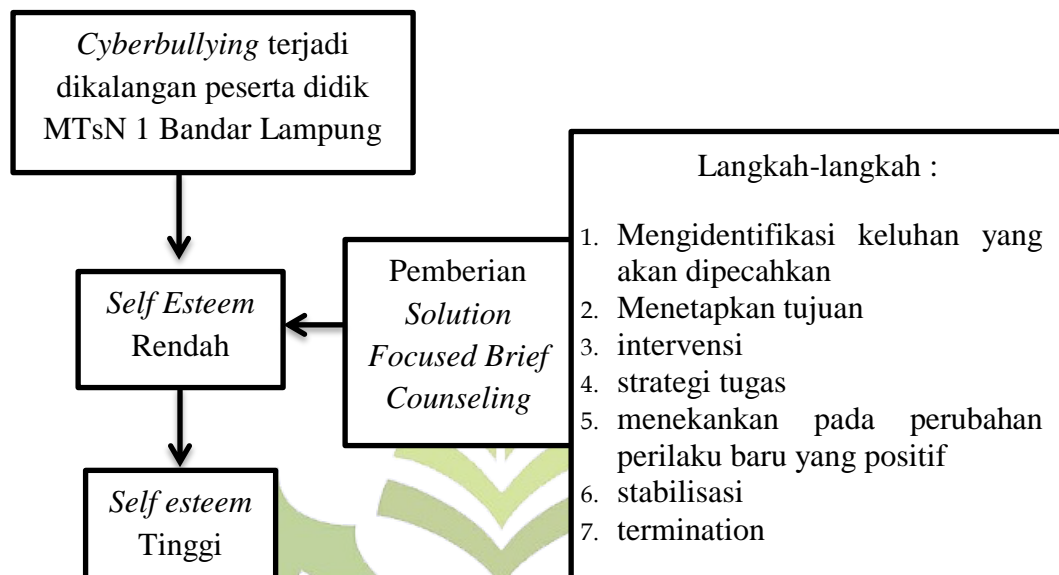
Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. menurut Sugiyono kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara dua variabel yang di susun dari berbagai teori yang dideskripsikan.²¹ Berikut adalah penjelasan kerangka berfikir dalam penelitian ini :

Cyberbullying merupakan bentuk kekerasan yang dialami seseorang dan dilakukan oleh teman seusianya, melalui jaringan internet atau sering disebut dunia maya. Peserta didik yang mengalami tindakan *cyberbullying* diketahui memiliki karakteristik seperti sulit berkomunikasi dengan teman sebaya, cenderung pendiam, pemalu, tertutup, merendahkan diri sendiri, sehingga korban menjadi target sasaran empuk untuk tindakan *cyberbullying*, yang menyebabkan *self esteem* peserta didik menjadi rendah.

Berdasarkan hal tersebut maka, perlu diadakannya upaya meningkatkan *self esteem* peserta didik yang teridentifikasi sebagai korban *cyberbullying*. Untuk itu penulis menggunakan pendekatan SFBC dengan asumsi bahwa manusia yang sehat, memiliki kapasitas untuk membangun, merancang ataupun mengkonstruksikan solusi-solusi, sehingga individu tersebut tidak terus menerus berputar dalam problem yang sedang ia hadapi. Manusia tidak perlu terpaku pada masalah, namun ia lebih berfokus pada solusi, bertindak dan mewujudkan solusi yang ia inginkan. Pendekatan ini lebih mengajak klien/peserta didik kepada perubahan dan bersifat positif bagi dirinya, ini dilakukan untuk membantu

²¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D)* Alfabeta. Bandung, 2008, h. 60

meningkatkan *self esteem* dirinya dengan cara mengarahkan pada kekuatan dan kemampuan yang dimiliki untuk menatap masa depannya.



Gambar 1
Kerangka Berfikir

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian seperti terbukti melalui data yang terkumpul.²² Hipotesis penelitian yang penulis ajukan adalah bahwa SFBC dapat meningkatkan *Self Esteem* peserta didik korban *Cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung. Berdasarkan hipotesis penelitian di atas, penulis mengajukan hipotesis statistik penelitian ini sebagai berikut:

H_o : *Self Esteem* peserta didik korban *Cyberbullying* tidak dapat ditingkatkan menggunakan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung.

H_a : *Self Esteem* peserta didik korban *Cyberbullying* dapat ditingkatkan menggunakan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung.

²²Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2006), h. 71

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Desain Penelitian

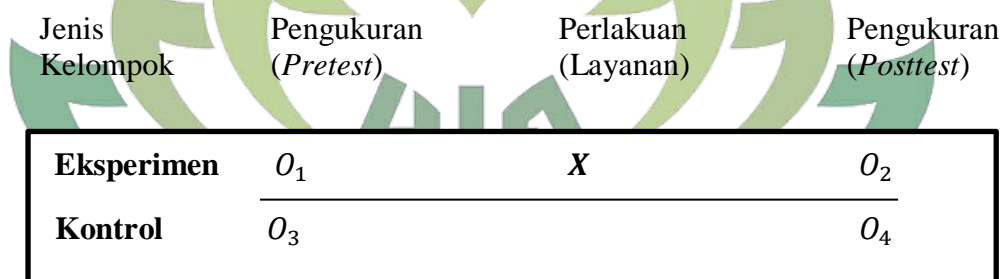
Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu suatu pendekatan penelitian yang secara primer menggunakan paradigma post positivist dalam mengembangkan ilmu pengetahuan (seperti pemikiran tentang sebab akibat, reduksi kepada variabel, hipotesis dan pertanyaan spesifik, menggunakan pengukuran dan observasi, serta pengujian teori), menggunakan strategi penelitian seperti eksperimen dan survey yang memerlukan data statistik.¹

Metode penelitian yang penulis gunakan adalah *Quasi Exsperiment Design*, Penelitian quasi eksperimen merupakan rancangan penelitian eksperimen, yang juga memiliki kelompok control, akan tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel luar yang dapat mempengaruhi eksperimen. Pada metode quasi eksperimen, tidak dilakukan dengan teknik *random (random assignment)*, melainkan pengelompokan berdasarkan pertimbangan tertentu.²

¹ Emzir, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif* (jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010).h.27-29

² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017).h.114-116

Bentuk atau jenis desain dari *Quasi Exsperiment Design* yang penulis gunakan adalah *Non-equivalent Control Group Design*. Dalam desain ini terdapat dua kelompok yang keduanya akan sama-sama diberi perlakuan (*treatment*). Kemudian kedua kelompok tersebut, akan dilakukan *pretest* untuk mengetahui keadaan awal sebelum diberi perlakuan (*treatment*), pada kelompok eksperimen diberi pendekatan SFBC, sedangkan kelompok kontrol diberi pendekatan yang bukan pendekatan *solution focused brief counseling* (SFBC), yaitu konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* (CR), setelah itu akan dilakukan pengukuran *posttest* setelah perlakuan (*treatment*) dilaksanakan. Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 2
Pola Non-equivalent Control Group Design

Keterangan :

O_1 & O_3 : Kedua kelompok diberi *pretest* (sebelum diberikan perlakuan atau layanan) yaitu untuk mengetahui kondisi awalnya.

X : Perlakuan (pemberian pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* pada peserta didik *self esteem* rendah korban *cyberbullying* kelas IX MTsN 1 Bandar Lampung).

O_2 : Nilai *post-test* (setelah diberikan perlakuan) yaitu pengukuran kedua setelah peserta didik diberikan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling*.

O_4 : Nilai *post-test* kelompok kontrol yang bukan diberi pendekatan *Solution Focused Brief Counseling*

Berikut gambaran secara singkat tahapan yang akan penulis laksanakan dalam penelitian ini.

a) Tahap 1

Mencari subjek penelitian yang memiliki *self esteem* rendah korban *cyberbullying* dengan menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi (berupa buku catatan kasus guru BK)

b) Tahap 2

Dilakukan pengukuran (*Pre-test*) dengan menggunakan pedoman angket *self esteem* yang diberikan kepada peserta didik *self esteem* rendah korban *cyberbullying* di MTs Negeri 1 Bandar Lampung.

c) Tahap 3

Kemudian diberikan perlakuan (layanan) dalam jangka waktu tertentu dengan menggunakan pendekatan *solution focused brief counseling* (SFBC) pada kelompok eksperimen, dan kelompok kontrol diberikan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* (CR).³

d) Tahap 4

Setelah itu dilakukan pengukuran (*Post-test*) dengan menggunakan pedoman angket pada peserta didik untuk mengukur pengaruh dari *treatment* untuk meningkatkan *self esteem* korban *cyberbullying*.

³ Gerald Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, ed. oleh Seth Dobrin, Naomi Dreyer, dan Suzanna Kincaid, Ninth Edit (USA: BROOKS/COLE-CENGAGE Learning, 2013).

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas sampel yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya⁴. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Pertimbangan dalam menentukan populasi penelitian adalah sebagai berikut :

- a) Peserta didik yang menunjukkan ciri-ciri atau tanda korban *cyberbullying*
- b) Ada sebagian peserta didik MTs Negeri 1 Bandar Lampung menjadi korban *cyberbullying*
- c) Penggunaan gawai dan media sosial di lokasi penelitian cukup tinggi, diketahui dari masing-masingnya guru mata pelajaran menyita gawai/*smartphone* peserta didik, meski sudah sering diperingatkan.

Adapun populasi penelitian berjumlah 352 peserta didik yang terbagi kedalam 10 kelas.

Tabel 2
Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1	IX. A	35
2	IX. B	36
3	IX. C	36
4	IX. D	36
5	IX. E	36
6	IX. F	35
7	IX. G	35
8	IX. H	35
9	IX. I	33

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Ibid h.117

10	IX. J	35
Jumlah		352 Peserta Didik

Sumber : Petugas Tata Usaha MTs N 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020 (Absensi per-juli 2019)

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Penarikan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁵ Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2019/2020 yang terindikasi memiliki *self esteem* rendah/kurang korban *cyberbullying* dengan kategori tinggi.

Tabel 3
Korban Cyberbullying

No	Kelas	Korban Cyberbullying Kategori Tinggi
1	IX.A	-
2	IX.B	-
3	IX.C	-
4	IX.D	2 Peserta Didik
5	IX.E	3 Peserta Didik
6	IX.F	2 Peserta Didik
7	IX.G	2 peserta Didik
8	IX.H	3 Peserta Didik
9	IX.I	1 Peserta Didik
10	IX.J	1 Peserta Didik
Jumlah		14 Peserta Didik

Hasil dari penyebaran angket pengungkap korban *cyberbullying*, kemudian 14 peserta didik tersebut diberikan angket *self esteem* untuk mengetahui kadar *self esteem*nya.

⁵ Sugiyono. *Ibid*.h.124

Tabel 4
Korban *Cyberbullying* yang Memiliki *Self Esteem* Rendah

No	Kelas	Korban <i>Cyberbullying</i>	Memiliki <i>Self Esteem</i> Rendah
1	IX.D	2 Peserta Didik	1 Peserta Didik
2	IX.E	3 Peserta Didik	3 Peserta Didik
3	IX.F	2 Peserta Didik	1 Peserta Didik
4	IX.G	2 peserta Didik	1 Peserta Didik
5	IX.H	3 Peserta Didik	2 Peserta Didik
6	IX. I	1 Peserta Didik	1 Peserta Didik
7	IX.J	1 Peserta Didik	1 Peserta Didik
Jumlah			10 Peserta Didik

Hasil dari penyebaran angket *Self Esteem*, kemudian dari hasil 2 penyebaran angket tersebutlah, didapat sampel penelitian.

Tabel 5
Sampel Penelitian

No	Kelas	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
1	IX.D	1 Peserta Didik	-
2	IX.E	3 Peserta Didik	-
3	IX.F	1 Peserta Didik	-
4	IX.G	-	1 Peserta Didik
5	IX.H	-	2 Peserta Didik
6	IX.I	-	1 Peserta Didik
7	IX.J	-	1 Peserta Didik
Jumlah		5 Peserta Didik	5 Peserta Didik

C. Variabel Penelitian

Menurut Hatch dan Fardly, secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang atau objek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lainnya atau satu objek dengan objek lainnya. Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditentukan oleh

peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.⁶

Berdasarkan penejalsan di atas, maka variabel yang digunakan dalam penelitian ini ada 2 yaitu:

1) Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). X = pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC).

2) Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena variabel bebas. Y = *Self Esteem* korban *Cyber Bullying*.

D. Definisi Operasional Penelitian

Tabel 6
Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definifi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Independent : <i>Solution Focused Brief Counseling</i> (X)	<i>Solution Focused Brief Counseling</i> Merupakan pemberian bantuan berupa perlakuan konseling yang dibangun di atas kekuatan klien dengan membantunya memunculkan dan mengkontruksikan solusi pada <i>problem</i> yang dihadapinya. Konseling ini lebih menekankan pentingnya masa depan	-	-	-	-

⁶ Sugiyono. *Ibid*.h.60

	ketimbang masa lalu atau masa kini. Dalam pendekatan berfokus solusi ini, konselor dan klien mencurahkan sebagian besar waktunya untuk mengkonstruksi solusi ketimbang mengeksplorasi masalah				
Dependent: <i>Self Esteem</i> (Y)	<i>Self Esteem</i> merupakan Penilaian individu terhadap dirinya yang dipengaruhi oleh hasil interaksinya dengan oranglain dilingkungan sosialnya, yang menunjukan sikap penghargaan diri, penerimaan diri dan perlakuan oranglain terhadap dirinya. <i>Self Esteem</i> dibedakan menjadi 2, yaitu : (1) <i>Self Esteem</i> tinggi, (2) <i>Self Esteem</i> rendah.	Kuesio ner (Angke t)	Mengis i kuesion er	Skor <i>Self Esteem</i> tinggi– rendah	Interval

E. Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan guna mencapai objektivitas yang tinggi.

1. Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data dengan menggunakan pengamatan langsung terhadap gejala yang diteliti dalam suatu penelitian tertentu yang diamati. Dalam penelitian ini peneliti akan mengamati peserta didik yang menunjukkan gejala *Sel Esteem* rendah korban *Cyberbullying*. Jenis observasi

yang peneliti gunakan adalah observasi *non-partisipan*, yaitu peneliti tidak terlibat dalam aktifitas, peneliti hanya sebagai pengamat.⁷

2. Wawancara

Wawancara adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara.⁸ Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga untuk mengetahui hal-hal yang lebih mendalam dari responden.⁹

Secara fisik wawancara dapat dibedakan menjadi wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Metode wawancara yang digunakan peneliti wawancara tidak terstruktur untuk memperoleh informasi Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling ibu Munkhalidah di MTs Negeri 1 Bandar Lampung terkait tentang gambaran umum mengenai pengetahuan peserta didik.

3. Kuesiner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner efektif apabila peneliti tau dengan pasti variabel yang akan diukur dan tau apa yang bisa diharapkan dari responden.¹⁰ Skala pengukuran yang peneliti gunakan adalah skala Guttman, skala ini akan didapat jawaban yang tegas, yaitu “Ya-Tidak”, “Benar-Salah”, dan lain-lainnya. Penelitian menggunakan skala

⁷ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, ed. oleh Panggih Wahyu Nugroho (yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014).h.69-71

⁸ *Ibid.* h. 198.

⁹ Sugiyono. *Op. Cit.* h. 137-138.

¹⁰ Sugiyono, *Ibid.* h.199

Guttman dilakukan bila ingin mendapatkan jawaban yang tegas terhadap suatu permasalahan yang ditanyakan.

Tabel 7
Skor Alternatif Jawaban

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban	
	Ya	Tidak
<i>Favorable</i> (Pernyataan Positif)	2	1
<i>Unfavorable</i> (Pernyataan Negatif)	1	2

Menurut Eko, dalam aturan pemberian skor dan klarifikasi hasil penilaian hasil penelitian sebagai berikut :

- Skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif;
- Jumlah skor tinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian X jumlah pilihan;
- Skor akhir = (jumlah skor yg diperoleh : skor tinggi ideal) x jumlah kelas interval
- Jumlah kelas interval = skala penilaian. Artinya jika penilaian menggunakan skala 3, hasil penelitian diklasifikasikan menjadi 3 kelas interval, dan;
- Penentuan jarak interval (J_i), diperoleh dengan rumus :

$$J_i = (t - r) / J_k$$

Keterangan :

t = skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

Jk = jumlah kelas interval¹¹

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

a. Kriteria Korban *Cyberbullying*

- 1) Skor tertinggi = $2 \times 51 = 102$
- 2) Skor terendah = $1 \times 51 = 51$
- 3) Rentang = $102 - 51 = 51$
- 4) Jarak interval = $51 : 3 = 17$

Berdasarkan keterangan tersebut, maka kriteria korban *Cyberbullying* adalah sebagai berikut :

Tabel 8
Kriteria Korban *Cyberbullying*

Interval	Kriteria	Deskripsi
85 – 102	Tinggi	Kategori ini diartikan peserta didik mengalami tindakan <i>cyberbullying</i> dengan intensitas yang tinggi. Hal tersebut menggambarkan siswa menerima perlakuan <i>cyberbullying</i> seperti <i>flaming</i> , <i>harassment</i> , <i>cyberstalking</i> , <i>denigration</i> , <i>impersonation</i> , <i>outing & trickery</i> , dan <i>exclusion</i> dengan intensitas yang tinggi.
68 – 85	Sedang	Kategori ini diartikan peserta didik mengalami tindakan <i>cyberbullying</i> dengan intensitas yang sedang. Hal tersebut menggambarkan siswa menerima perlakuan <i>cyberbullying</i> seperti <i>flaming</i> , <i>harassment</i> , <i>cyberstalking</i> , <i>denigration</i> , <i>impersonation</i> , <i>outing & trickery</i> , dan <i>exclusion</i> dengan intensitas yang sedang.
51 – 68	Rendah	Kategori ini diartikan peserta didik mengalami tindakan <i>cyberbullying</i> dengan intensitas yang rendah. Hal tersebut menggambarkan siswa menerima perlakuan <i>cyberbullying</i> seperti <i>flaming</i> , <i>harassment</i> , <i>cyberstalking</i> , <i>denigration</i> , <i>impersonation</i> , <i>outing & trickery</i> , dan <i>exclusion</i> dengan intensitas yang rendah.

¹¹ Eko Putro Widoyoko, *Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004). h.144

b. Kriteria *Self Esteem*

- 1) Skor tertinggi = $2 \times 58 = 116$
- 2) Skor terendah = $1 \times 58 = 58$
- 3) Rentang = $116 - 58 = 58$
- 4) Jarak interval = $51 : 2 = 29$

Berdasarkan keterangan tersebut, maka kriteria *Self Esteem* adalah sebagai berikut :

Tabel 9
Kriteria *Self Esteem*

Interval	Kriteria	Deskriptif
87 – 116	Tinggi	Peserta didik dengan <i>Self Esteem</i> tinggi, ditandai dengan bentuk : (1) Aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik. (2) Berhasil dalam bidang akademik dan menjalin hubungan sosial. (3) Dapat menerima kritik dengan baik. (4) Percaya pada persepsi dan reaksinya sendiri. (5) Tidak terpaku pada dirinya sendiri atau hanya memikirkan kesulitannya sendiri. (6) Memiliki keyakinan diri, tidak didasarkan atas fantasi, karena mempunyai kemampuan, kecakapan dan kualitas diri yang tinggi. (7) tidak terpengaruh oleh penilaian orang lain tentang kepribadian. (8) lebih mudah menyesuaikan diri dengan suasana yang menyenangkan sehingga tingkat kecemasannya rendah dan memiliki ketahanan diri yang seimbang.
58 – 87	Rendah	Peserta didik dengan <i>Self Esteem</i> rendah, ditandai dengan bentuk : (1) memiliki perasaan inferior. (2) Takut gagal dalam membina hubungan social. (3) Terlihat sebagai orang yang putus asa dan depresi. (4) Merasa diasingkan dan tidak diperhatikan. (5) Kurang dapat mengekspresikan diri. (6) Sangat tergantung pada lingkungan. (7) Tidak konsisten. (8) Secara pasif mengikuti lingkungan

4. Dokumentasi

Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai subjek penelitian. Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, dan sebagainya.¹²

F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat 2 alat instrumen yang digunakan yaitu lembar angket pengungkap korban *cyberbullying* dan lembar angket pengukur *self esteem* milik Coopersmith (*Coopersmith Self-esteem Inventory* (CSEI)). Lembar angket pengungkap korban *cyberbullying* pernah digunakan dalam penelitian "Efektivitas *assertif training* dalam menangani korban *cyberbullying* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Bandung" oleh Risna Kartika. Hal ini berarti, alat instrument tersebut telah melalui uji validitas dan uji reabilitas. Berikut ini adalah proses uji validitas dan reabilitas yang dilaksanakan pada penelitian sebelumnya.¹³ (terlampir)

G. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam metode ilmiah, dengan analisis data tersebut data dapat diberi arti atau makna untuk pemecahan masalah penelitian. Dengan menganalisis data, peneliti dapat melakukan perhitungan, yang kemudian digunakan untuk menjawab

¹²Suharsimi Arikunto. *Op. Cit.* h. 274.

¹³ Rohmawati Zuhriyah dan Christina Elisabeth, "*Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Self-Esteem Korban Cyberbullying Pada Siswa*," 2017.

rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan¹⁴.

1. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini tujuan yang akan dicapai adalah untuk mengetahui apakah pendekatan SFBC mampu meningkatkan *Self esteem* peserta didik korban *cyberbullying* MTs Negeri 1 Bandar Lampung. Teknik analisis data yang digunakan untuk uji hipotesis dalam penelitian ini adalah uji *Wilcoxon signed rank test*, merupakan pengujian yang digunakan untuk mengetahui perbedaan antara dua sampel bergantung atau berhubungan (korelasi) dan digunakan sebagai alternatif pengganti uji *paired sample T test* apabila tidak berdistribusi normal. Adapun penghitungan uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon signed rank test* dapat dilakukan dengan 2 cara, yaitu dengan penghitungan manual dan bantuan program SPSS, dalam penelitian ini penulis memilih menggunakan bantuan program SPSS versi 20.

¹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MTs Negeri 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2019/2020 pada bulan juli sampai agustus, tahun 2019, dengan judul pengaruh *solution focused brief counseling* (SFBC) dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung. Sebelum hasil penelitian di peroleh, penulis melakukan observasi dan penyebaran *instrument* / angket yang berkaitan dengan korban *cyberbullying* dan *self esteem* yang akan di jadikan sebagai sampel penelitian, hasil dari observasi dan penyebaran angket tersebut di jadikan analisis dan alat ukur untuk perumusan layanan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik korban *cyberbullying*. Penelitian dilakukan sebanyak 8 kali pertemuan, durasi dalam setiap pertemuan 1x45 menit. Tahapan yang dilalui adalah dimulai dari *pre-test*, pembentukan kelompok, penjabaran pendekatan yang digunakan dalam sesi konseling yaitu pendekatan SFBC, mengidentifikasi keluhan, melawan pemikiran irasional, *Termination*, kemudian diakhiri dengan *post-test*. Penelitian ini menggunakan konseling kelompok sebagai bentuk layanan yang diberikan peneliti. Penggunaan konseling kelompok lebih dipilih karena penulis menggunakan *Quasi Eksperimen* yang didalamnya terdapat kelompok

eksperimen dan kelompok kontrol, selain itu dengan konseling kelompok maka peserta didik akan merasakan dirinya menjadi bagian dari sebuah kelompok, sehingga untuk menyelesaikan suatu tugas atau masalah, dapat dilakukan dengan kerja sama antar anggota kelompok, mengingat semua anggota kelompok mengalami kejadian yang sama, yaitu menjadi korban *cyberbullying*.

Dalam penelitian ini populasi peserta didik berjumlah 354 peserta didik dari kelas IX.A sampai IX.J MTs Negeri 1 Bandar Lampung, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 10 peserta didik yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 5 peserta didik sebagai kelompok eksperimen dan 5 peserta didik sebagai kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperimen*, untuk meningkatkan *self esteem* peserta didik, penulis menggunakan pendekatan SFBC dalam kelompok eksperimen, sedangkan dalam kelompok kontrol penulis menggunakan teknik *Cognitive Restructuring* (CR) sebagai perbandingan.

1. Data Deskripsi *Pre Test*

Hasil *Pretest self esteem* kelompok eksperimen dan kontrol, *Pre-Test* digunakan untuk mengetahui gambaran awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Hasil *Pretest self esteem* pada kelompok eksperimen dan kontrol dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 10
Hasil *Pretest* Kelompok Eksperimen

No	Inisial Nama Peserta Didik	Hasil <i>Pretest</i>	Kategori
1	JRS	82	Rendah
2	AA	64	Rendah
3	AK	66	Rendah
4	RO	71	Rendah
5	LA	75	Rendah

Tabel 11
Hasil *Pretest* Kelompok Kontrol

No	Inisial Nama Peserta Didik	Hasil <i>Pretest</i>	Kategori
1	DS	73	Rendah
2	DB	65	Rendah
3	HNZ	75	Rendah
4	HW	68	Rendah
5	TGS	76	Rendah

2. Pengaruh Pendekatan SFBC Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Pada Peserta Didik Korban *Cyberbullying* Kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung

Berdasarkan surat penelitian, penulis memiliki waktu penelitian dimulai dari tanggal 16 juli sampai 16 agustus 2019. Berikut ini jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian yang penulis laksanakan di MTs Negeri 1 Bandar Lampung.

Tabel 12
Jadwal Pelaksanaan Penelitian

No	Tanggal	Kegiatan yang dilakukan
1	Kamis, 18 Juli 2019	Bertemu dengan guru dan kepala sekolah untuk meminta izin meaksanakan penelitian serta mendiskusikan jadwal pelaksanaan konseling.
2	Senin, 22 Juli 2019	Penyebaran kuesioner pencari korban <i>cyberbullying</i> , pada populasi
3	Sabtu, 27 Juli 2019	<i>Pre-test</i> (penyebaran kuesioner <i>self esteem</i> kepada peserta didik yang menjadi korban <i>cyberbullying</i>)
Kelompok Eksperimen		
4	Senin, 29 Juli 2019	Sesi I Pembentukan Kelompok
5	Selasa, 30 Juli 2019	Sesi II Identifikasi Keluhan Masalah <i>Self Esteem</i>
6	Rabu, 31 Juli 2019	Sesi III Orientasi Pendekatan SFBC
7	Kamis, 1 Agustus 2019	Sesi IV Mengubah & Melawan Pemikiran Irasional Untuk meningkatkan <i>Self Esteem</i>
8	Sabtu, 3 Agustus 2019	Sesi V & <i>Post-test</i> Penghentian (<i>Termination</i>)

Kelompok Kontrol		
9	Senin, 5 Agustus 2019	Sesi I Pembentukan Kelompok
10	Selasa, 6 Agustus 2019	Sesi II Pandangan Negatif Tentang Diri
11	Rabu, 7 Agustus 2019	Sesi III Kekuatan Sugesti Diri
12	kamis, 8 Agustus 2019	Sesi IV Berfikir Positif
13	Jumat, 9 Agustus 2019	Sesi V Evaluasi Diri
14	Sabtu, 10 Agustus 2019	Sesi VI & Post-test Evaluasi Kegiatan

Pelaksanaan pendekatan SFBC dilaksanakan pada kelompok eksperimen yang berjumlah 5 peserta didik dan kelompok kontrol yang berjumlah sama 5 peserta didik yang akan diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* (CR). Adapun deksripsi proses pelaksanaan pendekatan SFBC untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung tahun ajaran 2019/2020, yaitu sebagai berikut:

Tabel 13
Tahapan Pemberian Perlakuan

Tahapan	Perlakuan	
	Kelompok Eksperimen (<i>Solution Focused Brief Counseling</i>)	Kelompok Kontrol (<i>Cognitive Restructuring</i>)
Sesi I	a. Pemberian informasi terkait kelompok yang akan mereka jalani. b. Menjelaskan waktu konseling yang digunakan dan asas-asas dalam Konseling Kelompok dengan pendekatan SFBC. c. Memfasilitasi anggota kelompok untuk saling mengenal satu sama lain. d. Memainkan permainan dan yel-yel yang dapat menciptakan keakraban.	a. Pemberian informasi terkait kelompok yang akan mereka jalani. b. Menjelaskan waktu konseling yang digunakan dan asas-asas dalam Konseling Kelompok dengan teknik CR. c. Memfasilitasi anggota kelompok untuk saling mengenal satu sama lain. d. Memainkan permainan dan

	<p>e. Meningkatkan motivasi anggota kelompok dengan melihat video motivasi.</p> <p>f. Membuat kesepakatan dan kesepakatan mengenai pelaksanaan Konseling Kelompok dengan pendekatan SFBC yang akan dilaksanakan dalam sesi-sesi selanjutnya antara pemimpin kelompok dengan anggota kelompok.</p> <p>g. Memberikan penghargaan atas kesediaan anggota kelompok serta partisipasi mereka untuk mengikuti Konseling Kelompok dengan pendekatan SFBC.</p>	<p>yel-yel yang dapat menciptakan keakraban.</p> <p>e. Meningkatkan motivasi anggota kelompok dengan melihat video motivasi.</p> <p>f. Memberikan penghargaan atas kesediaan anggota kelompok serta partisipasi mereka untuk mengikuti Konseling Kelompok dengan teknik CR.</p> <p>g. Meminta anggota kelompok untuk mengungkapkan hal-hal yang dirasakan dirinya dan masalah yang dihadapi, sebagai langkah mengumpulkan informasi latar belakang bagaimana masalah dan cara menangani masalah tersebut, sebelum adanya sesi konseling.</p>
Sesi II	<p>a. Pemimpin kelompok memahami dinamika terjadinya <i>cyberbullying</i> pada masing-masing anggota kelompok yang menyebabkan <i>self esteem</i> menjadi rendah, dengan cara membantu anggota kelompok untuk menggambarkan kondisi diri nya saat ini.</p> <p>b. Pemimpin kelompok menggali situasi-situasi yang menjadi pengecualian (<i>exemption</i>), yakni situasi di mana masalah tersebut tidak muncul.</p> <p>c. Pemimpin kelompok meyakinkan anggota kelompok bahwa kesulitan merupakan hal yang normal dan dapat diubah.</p> <p>d. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok berkolaborasi dalam menentukan solusi.</p>	<p>a. Pemimpin kelompok menjelaskan topik perbedaan pemikiran negatif dan positif.</p> <p>b. Pemimpin kelompok menjelaskan pentingnya berfikir positif.</p> <p>c. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mendiskusikan dan memasukan materi yang dibahas kedalam permasalahan yang dialami anggota kelompok yaitu korban <i>cyberbullying</i> yang membuat <i>self esteem</i> menjadi rendah.</p>
Sesi III	<p>a. Orientasi Pendekatan SFBC dengan memperkenalkan & menjabarkan teori pendekatan SFBC yang kemudian diterapkan kedalam</p>	<p>a. Pemimpin kelompok menjelaskan mengenai sugesti diri.</p> <p>b. Setelah itu, pemimpin kelompok meminta</p>

	<p>permasalahan yang dialami anggota kelompok.</p> <p>b. Menyimpulkan garis besar permasalahan yang utarakan anggota kelompok.</p> <p>c. Menggali usaha-usaha yang sudah dilakukan oleh masing-masing anggota kelompok dalam menghadapi masalah tersebut dan bagaimana hasil yang diperoleh.</p> <p>d. Pemimpin kelompok mencermati informasi yang diberikan anggota kelompok mengenai masalah mereka.</p> <p>e. Melalui teknik-teknik yang ada didalam pendekatan SFBC, seperti <i>miracle question</i> dan <i>scaling question</i> pemimpin kelompok mencari tau mengenai harapan dan pandangan konseli terhadap masalahnya.</p>	<p>anggota kelompok untuk menyampaikan sugesti ada dalam diri anggota kelompok.</p> <p>c. Pemimpin kelompok berusaha menggali pemikiran yang dimiliki anggota kelompok dengan cara membantah sudut pandang yang dimiliki anggota kelompok, seperti : “apa anda memiliki bukti yang mendukung pemikiran anda ?”.</p> <p>d. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk menjawab dengan sudut pandang yang lebih rasional terhadap masalah yang dihadapinya.</p>
Sesi IV	<p>a. Membahas potensi-potensi positif didalam diri anggota kelompok dan membantunya dalam mengatasi atau setidaknya mengubah perspektif anggota kelompok terhadap masalah yang sedang dihadapi.</p>	<p>a. Pemimpin kelompok menjelaskan materi berfikir positif, sebagai lanjutan dari sesi sebelumnya.</p> <p>b. Pemimpin kelompok memasukan materi tersebut kedalam masalah yang dirasakan anggota kelompok.</p>
Sesi V	<p>a. Mengulas sesi-sesi sebelumnya.</p> <p>b. Memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan hal-hal yang telah dipelajari.</p> <p>c. Memberikan motivasi, pujian dan apresiasi kepada anggota kelompok atas pemahaman yang dimiliki setelah menjalani serangkaian sesi konseling.</p>	<p>a. Pemimpin kelompok diri anggota kelompok dengan membahas dan menanyakan tentang pengaplikasian materi dari pembahasan sesi-sesi sebelumnya.</p> <p>b. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok mendiskusikan kemampuan yang ada dalam diri anggota</p>

	d. Mengakhiri sesi konseling kelompok dengan pendekatan SFBC.	kelompok sebagai upaya membangun sudut pandang yang berbeda dari yang sebelumnya.
Sesi VI		a. Mengulas sesi-sesi sebelumnya. b. Memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan hal-hal yang telah dipelajari. c. Memberikan motivasi, pujian dan apresiasi kepada anggota kelompok atas pemahaman yang dimiliki setelah menjalani serangkaian sesi konseling. d. Mengakhiri sesi konseling kelompok dengan teknik CR.

3. Data Deskripsi *Post Test*

Hasil *Posttest self esteem* Kelas Eksperimen dan Kontrol, *Post Test* digunakan untuk mengetahui gambaran awal peserta didik setelah diberikan perlakuan. Hasil *Posttest self esteem* pada kelas eksperimen dan kontrol dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 14
Hasil *Post Test* Kelas Eksperimen

No	Inisial Nama Peserta Didik	Hasil <i>Post Test</i>	Kategori
1	JRS	104	Tinggi
2	AA	92	Tinggi
3	AK	94	Tinggi
4	RO	98	Tinggi
5	LA	101	Tinggi

Tabel 15
Hasil *Post Test* Kelompok Kontrol

No	Inisial Nama Peserta Didik	Hasil <i>Post Test</i>	Kategori
1	DS	89	Tinggi
2	DB	84	Tinggi
3	HNZ	90	Tinggi
4	HW	88	Tinggi
5	TGS	90	Tinggi

Berdasarkan hasil *Post Test* diatas, terdapat perubahan yang cukup signifikan baik dikelas eksperimen maupun kontrol, diantara keduanya sama-sama mengalami peningkatan, maka dari data *Post Test* ini sudah dapat ditarik kesimpulan awal bahwasanya konseling kelompok menggunakan pendekatan SFBC berpengaruh dalam Meningkatkan *self esteem* Peserta didik korban *cyberbullying*.

B. Metode Analisis Data

1. Uji Hipotesis

Untuk pengujian pada penelitian ini, penulis menggunakan uji Wilcoxon, yang merupakan salah satu dari uji *statistik non-parametric*. Pengujian dua sampel berpasangan prinsipnya menguji apakah dua sampel berpasangan satu dengan yang lainnya berasal dari populasi yang sama.

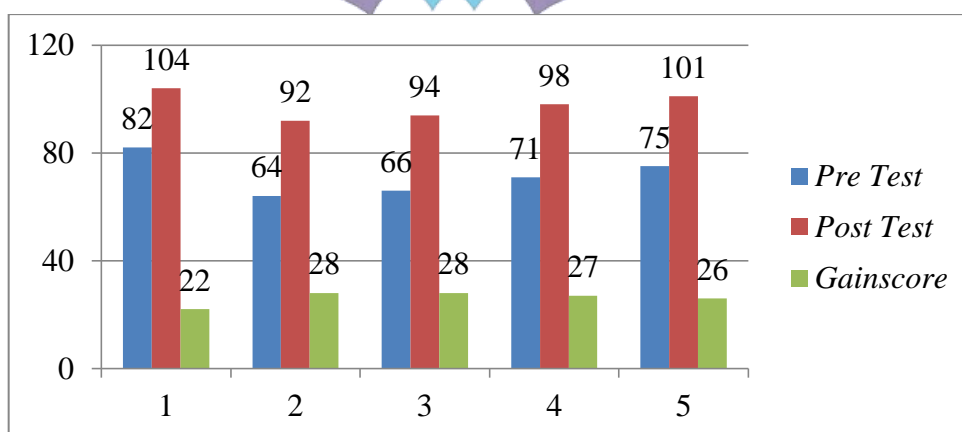
Dalam penelitian ini menguji untuk 5 sampel diberikan *treatment* berupa konseling kelompok dengan pendekatan SFBC untuk kelompok eksperimen dan 5 sampel untuk kelompok kontrol di berikan *treatment* konseling kelompok dengan *cognitive restructuring* (CR). Sebelum diberikan layanan konseling kelompok, sampel tersebut diberikan *pretest* dan sesudah diberikan layanan konseling dilakukan *posttest* untuk mengetahui tingkat percaya diri sebelum dan sesudah diberikan *treatment*.

a) Hasil Uji Wilcoxon Kelompok Eksperimen

Tabel 16
Uji Hasil *Pre Test*, *Post Test* Dan *Gain Score* Kelompok Eksperimen

No	Inisial Peserta Didik	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	<i>Gain Score</i>
1	JRS	82	104	22
2	AA	64	92	28
3	AK	66	94	28
4	RO	71	98	27
5	LA	75	101	26
Jumlah		358	489	131
Rata-rata dengan N=5		71,6	97,8	26,2

Dari data dapat diketahui bahwa ada peningkatan yang signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen. Rata-rata pretest pada kelompok eksperimen adalah 71,6 (termasuk kategori rendah) < rata-rata posttest kelompok eksperimen adalah 97,8 (termasuk kategori tinggi), maka terlihat bahwa terdapat peningkatan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah adanya *treatment*. Peningkatan ini dapat dilihat dari gambar berikut ini :



Gambar 3
Grafik *Pre Test*, *Post Test*, dan *Gain Score* Kelompok Eksperimen

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Berikut adalah hasil uji *wilcoxon* kelompok eksperimen menggunakan SPSS Versi 20 :

Tabel 17
Wilcoxon Signed Ranks Test Kelompok Eksperimen

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest – pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	5 ^b	3.00	15.00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

a. *Post Test_Eksperimen < Pre Test_Eksperimen*

b. *Post Test_Eksperimen > Pre Test_Eksperimen*

c. *Post Test_Eksperimen = Pre Test_Eksperimen*

Berdasarkan uji *wilcoxon* pada tabel diatas diperoleh skor *negative ranks* 0^a, skor ini menunjukkan bahwa tidak ditemukan skor *posttest* peserta didik lebih kecil dari skor *pretest*. Sedangkan *positive ranks* sebesar 5^b menunjukkan bahwa seluruh skor *posttest* peserta didik mengalami peningkatan dibandingkan dengan *pretest*. Berikut hasil uji statistik *wilcoxon* pada kelompok eksperimen :

Tabel 18
Test Statistic

Test Statistics ^b	
	<i>Posttest – Pretest</i>
Z	-2.032 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.042

a. *Based on negative ranks.*

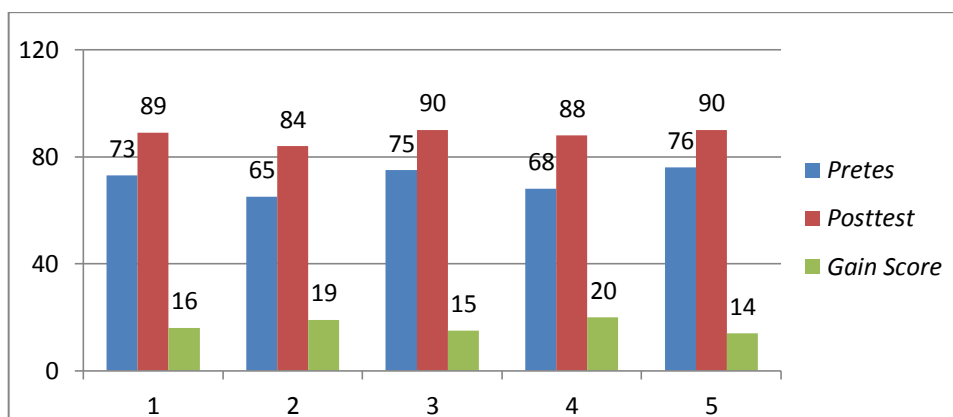
b. *Wilcoxon Signed Ranks Test*

b) Hasil Uji Wilcoxon Kelompok Kontrol

Tabel 20
Uji Hasil *Pretest*, *Posttest* Dan *Gain Score* kelompok Kontrol

No	Inisial Peserta Didik	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>
1	DS	73	89	16
2	DB	65	84	19
3	HNZ	75	90	15
4	HW	68	88	20
5	TGS	76	90	14
Jumlah		357	441	84
Rata-rata dengan N= 5		71,4	88,2	16,8

Dari data dapat diketahui bahwa ada peningkatan yang signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol. Rata-rata pretest pada kelompok eksperimen adalah 71,4 (termasuk kategori rendah) < rata-rata posttest kelompok eksperimen adalah 88,2 (termasuk kategori tinggi), maka terlihat bahwa terdapat peningkatan pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah adanya *treatment*. Peningkatan ini dapat dilihat dari gambar berikut ini :



Gambar 4
Grafik *Pre Test*, *Post Test*, dan *Gain Score* Kelompok Kontrol

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Berikut adalah hasil uji *wilcoxon* kelompok kontrol menggunakan SPSS Versi 20:

Tabel 21
***Wilcoxon Signed Ranks Test* Kelompok Kontrol**
Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Positive Ranks	5 ^b	3.00	15.00
Ties	0 ^c		
Total	5		

A. *Posttest < Pretest*

B. *Posttest > Pretest*

C. *Posttest = Pretest*

Berdasarkan uji *wilcoxon* pada tabel diatas diperoleh skor *Negative Ranks* 0^a, skor ini menunjukkan bahwa tidak ditemukan skor *posttest* peserta didik lebih kecil dari skor *pretest*. Sedangkan *Positive Ranks* sebesar 5^b, menunjukkan bahwa seluruh skor *posttest* peserta didik mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan *pretest*.

Tabel 22
Test Statistic
Test Statistics^b

	<i>Posttest – Pretest</i>
Z	-2.023 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

a. *Based on negative ranks.*

b. *Wilcoxon Signed Ranks Test*

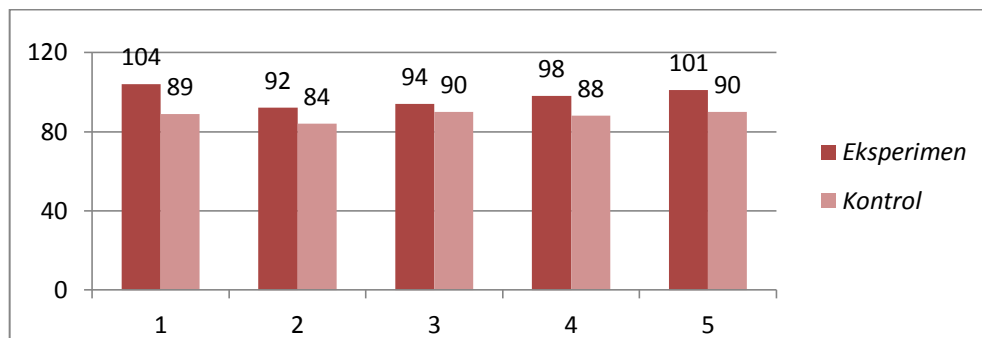
c) **Perbandingan Hasil Uji antara Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol**

Berikut perbandingan nilai antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol :

Tabel 24
Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok eksperimen			Gain Score	Kelompok Kontrol			Gain score
Nama	Pretest	Posttest		Nama	Pretest	Posttest	
JRS	82	104	22	DS	73	89	16
AA	64	92	28	DB	65	84	19
AK	66	94	28	HNZ	75	90	15
RO	71	98	27	HW	68	88	20
LA	75	101	26	TGS	76	90	14
Jumlah	358	489	131	Jumlah	357	441	84
Rata-rata	71,6	97,8	26,2	Rata-rata	71,4	88,2	16,8

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata/*mean pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami peningkatan, pada kelompok eksperimen skor *pretest* 358 atau rata-rata/*mean* 71,6 dan skor pada *posttest* 489 atau nilai rata-rata/*mean* 97,8 sedangkan pada kelompok kontrol skor *pretest* 357 atau rata-rata/*mean* 71,4, dan skor pada *posttest* 441 atau nilai rata-rata/*mean* 88,2. Meskipun kedua kelompok mengalami peningkatan, akan tetapi nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, hal ini dapat dilihat dari *posttest* kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol ($489 > 441$ atau $97,8 > 88,2$). Maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan SFBC efektif dalam meningkatkan *self esteem* (harga diri) peserta didik. Peningkatan ini dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 5
Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang membandingkan hasil *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, menghasilkan nilai skor sebesar $489 > 441$ atau $97,8 > 88,2$ sehingga dapat dinyatakan ada perbedaan secara signifikan antara hasil *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mengalami peningkatan. Maka peningkatan *self esteem* pada kelompok eksperimen dianggap lebih signifikan, dibuktikan dengan hasil skor yaitu pada skor *pretest* 358 atau rata-rata/mean 71,6, dan skor pada *posttest* 489 atau nilai rata-rata/mean 97,8 sehingga dinyatakan mengalami peningkatan. Hal ini juga bisa dikaji dengan membandingkan dari peneliti terdahulu yang dilakukan oleh kaharja, dengan hasil rata-rata skor *self esteem* sebelum mengikuti konseling dengan pendekatan SFBC adalah 1.963 dan setelah mengikuti konseling kelompok dengan pendekatan SFBC, meningkat menjadi 3.088, dengan hasil memperoleh skor Uji-Wilcoxon signed rank test sebesar 0,46 dengan *p-value* (<0.05), maka dapat dinyatakan *self esteem* peserta didik MTs Negeri Bantul Kota Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016 dapat ditingkatkan setelah mendapatkan konseling dengan pendekatan SFBC.

Dalam penelitian ini terdapat dua kelompok yang digunakan yaitu kelas eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam kelompok eksperimen di berikan *treatment* atau perlakuan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan SFBC dan kelompok kontrol diberikan *tratment* atau perlakuan dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* (CR). Kuesioner pengukur *self esteem* diberikan pada kedua kelompok, kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Hasil *posttest* akan menjadi pembandingan dua kelompok.

Berdasarkan hasil *posttest* yang telah diberikan ternyata terjadi peningkatan *self esteem* pada kelompok eksperimen, hasil tersebut diketahui dari hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelas kontrol. Pada kelas kontrol juga mengalami peningkatan tetapi kelas eksperimen mengalami peningkatan yang lebih dibandingkan kelas kontrol.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan SFBC dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian “ Pengaruh *solution focused brief counseling* (SFBC) dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *cyberbullying* kelas IX MTs Negeri 1 Bandar Lampung”, maka diperoleh tingkat *self esteem* peserta didik pada kelas eksperimen dapat dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest*. Dari hasil *pretest* didapatkan jumlah skor 358 dan rata-rata skor 71,6. Setelah itu peserta didik mendapatkan *treatment* berupa pendekatan SFBC, kemudian dilakukan *posttest*. Dari hasil *posttest* didapatkan jumlah skor 489 dan rata-rata skor 97,8. Sedangkan pada kelas kontrol juga mengalami peningkatan. Hasil *pretest* pada kelas kontrol didapatkan jumlah skor 357, dengan skor rata-rata 71,4. Peserta didik yang menjadi kelompok kontrol, diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* (CR), dari hasil *posttest* didapatkan jumlah skor yaitu 482, dengan skor rata-rata 96,4.

Hasil uji wilcoxon dengan menggunakan program SPSS versi 20 didapatkan Z hitung pada kelompok eksperimen yaitu 2,032 dan z hitung pada kelompok kontrol yaitu 2,023. Dengan sig keduanya yaitu 0,05 yang lebih besar dari sig 0,005. Hal ini dapat dikatakan bahwa Z hitung pada kelas eksperimen lebih besar dari Z hitung kelas kontrol ($2,032 \geq 2,023$). Sehingga layanan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC berpengaruh dalam meningkatkan

self esteem peserta didik korban *cyberbullying*.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *solution focused brief counseling* (SFBC) berpengaruh dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik korban *cyberbullying* kelas X MTs Negeri 1 bandar Lampung, hal ini dibuktikan oleh peneliti dengan melihat hasil *posttest*.

B. SARAN

Berdasarkan hasil pembahasan, penulis memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Bagi peserta didik, peserta didik diharapkan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari, bukan sekedar memahami saja. Akan tetapi mampu dipraktikan. Terutama terkait penelitian yang telah penulis lakukan yaitu menerapkan pendekatan SFBC agar dapat meningkatkan *self esteem* peserta didik.
2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK) agar dapat memberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan SFBC sesuai dengan kebutuhan peserta didik, seperti penelitian yang telah penulis lakukan yaitu meningkatkan *self esteem* peserta didik.
3. Bagi Sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu program sekolah dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik, dan diharapkan dapat digunakan sebagai refrensi bagi sekolah untuk dapat memberikan sarana dan prasarana yang belum di peroleh oleh peserta untuk meningkatkan *self esteem*.

4. Bagi Penulis, menjadikan pengalaman dalam menangani masalah dengan pendekatan SFBC untuk meningkatkan *self esteem* peserta didik, dan besar harapan peneliti skripsi ini dapat bermanfaat untuk banyak kalangan. Karena keterbatasan pengetahuan dan refrensi, penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari sempurna.
5. Untuk Peneliti selanjutnya, yang akan melaksanakan penelitian mengenai *self esteem* dengan menggunakan pendekatan SFBC sebaiknya dilakukan layanan konseling individu agar dapat mengetahui masalah *self esteem* lebih dalam, sehingga peneliti bisa tau apa saja hambatan yang membuat *self esteem* menjadi rendah. Kemudian sebagai bentuk usaha agar penelitian berikutnya lebih baik dari penulis, maka perlu ditambah catatan pemikiran dalam menggunakan teknik *Cognitive Restructuring* (CR). Kemudian perlu diperhatikan dalam penggunaan analisis data, menggunakan statistic parametric atau non-parametrik.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat terhadap dunia pendidikan, terutama pendidikan di Fakultas Tarbiyah dan keguruan, Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam khususnya di Universitas Islam negeri (UIN) Raden Intan Lampung.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Rizki. "Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Solution Focused Brief Therapy Untuk Meningkatkan Self Esteem Dan Self Disclosure Siswa SMAN 12 Pekanbaru Baru (Tesis)." Universitas Negeri Semarang, 2017.
- Amalia, Setianingrum. "Pengaruh Empati, Self-Control, Dan Self-Esteem Terhadap Perilaku Cyberbullying Pada Siswa SMAN 64 Jakarta (skripsi)." UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015.
- Amalia, Syam Ananda. "Tinjauan Kriminologis Terhadap Kejahatan Cyberbullying." Universitas Hasanudin Makasar, 2015.
- Ashari Mahfud, Dewi Susanti, dan M.Harwansyah Putra Sinaga, *Expanding Of Counseling Service, World Views, Violence And Sexual Abuse Victims* (Padang: Proceeding 4 th International Counseling Seminar, 2016)
- Ayu, Eka Dewa. "Konseling Singkat Berfokus Solusi Untuk Meningkatkan Orientasi Masa Depan Bidang Pendidikan Pada Remaja SMPN 4 Pandak Bantul, Yogyakarta," 2014.
- Baker, Ozgur Erdur, dan Ibrahim Tanrikulu. "Psychological Consequences Of Cyber Bullying Experiences Among Turkish Secondary School Children." *Procedia Social And Behavioral Sciences* 2, no. 2 (2010): 2771–76. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.413>.
- Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Diedit oleh Seth Dobrin, Naomi Dreyer, dan Suzanna Kincaid. Ninth Edit. USA: Brooks/Cole-Cengage Learning, 2013.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan terjemahannya*, CV Penerbit, Diponegoro, 2010
- Dr.Kadir. *Statistika Terapan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018.

Emzir. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2010.

Fitriansyah, Fifit. "Efek Komunikasi Massa Pada Khalayak (Studi Deskriptif Penggunaan Media Sosial dalam Membentuk Perilaku Remaja)." *Jurnal Humaniora Bina Sarana Informatika* 18, no. 2 (2018): 171–78.

Kaharja, dan Eva Latifah. "Pengaruh Konseling Islami Solution Focused Brief Therapy Terhadap Self esteem Siswa MTsN Bantul Kota." *Jurnal Pendidikan Agama Islam* XIII, no. 1 (2016): 1–18.

Kartika, Risna. "Efektivitas Assertive Training dalam Menangani Korban Cyberbullying (Penelitian Eksperimen Kuasi Terhadap Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Bandung Tahun Pelajaran 2013/2014)." *Repositori UPI. Universitas Pendidikan Indonesia*, 2014.

Kristanto, Damar. "Pengaruh orientasi fashion, money attitude dan self-esteem terhadap perilaku pembelian kompulsif pada remaja (Studi Pada Konsumen Produk Telepon Selular di Surabaya)." Surabaya, 2011.

Kominfo, *Survei Penggunaan TIK 2017 Serta Implikasinya Terhadap Aspek Social Budaya Masyarakat*, <https://www.slideshare.net/literasidigital/survey-penggunaan-tik>, diakses pada 7/01/2019

M, Sobhy, dan Cavallaro M. "American Counseling Association." *VISTA Online*, 2010, 1–1.

Mujiyati. "Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training." *Jurnal Fokus Konseling* 1, no. 1 (2015): 1–12.

Paolini, Allison. "Cyberbullying : Role Of The School Counselor In Mitigating The Silent Killer Epidemic." *International Journal Educational Technology* 5, no. 1 (2018): 1–8.

Putra, Randy Prawita, dan Atika Dian Ariana. "Gambaran Strategi Coping Stress pada Remaja Korban Cyberbullying." *Jurnal Psikologi industri dan Organisasi* 5, no. 1 (2016): 1–10.

Rumbai, Lioano Rovi Frederck. "Tindak Pidana Cyberbullying Dalam Media Sosial Menurut Uu No. 11 Tahun 2008 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik." *Lex Privatum* 5, No. 7 (2017): 1–9.

Sapty, Rahayu Flourensia. "Cyberbullying Sebagai Dampak Negatif Penggunaan Teknologi Informasi." *Journal of Information Systems* 8, no. 1 (2012): 1–10.

Sezer, Merve, Ismail Sahin, dan Ahmet Oguz Akturk. "Cyberbullying Victimization of Elementary School Students and their Reflections on the Victimization." *International Journal of Social, Management, Economics and Business Engineering* 7, no. 12 (2013): 1942–45.

Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2017.

Suhron, Ns Muhammad. *Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self Esteem*. Jakarta: Mitra Wacana Media, 2017.

Sutoyo, Anwar. *Pemahaman Individu*. Diedit oleh Panggih Wahyu Nugroho. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.

Syifa, Ameliola, dan Nugraha Hanggaran Dwi Yudha. "Perkembangan Media Informasi Dan Teknologi." In *Prosiding The 5th International Conference On Indonesian Studies: "Ethnicity And Globalization,"* 362–71, 2013.

Usta, Ertuğrul. "University Students ' Views about Their Cyberbullying Behaviors and Self-Exposition." *Journal of Education and Practice* 8, no. 22 (2017): 67–71.

Widoyoko, Eko Putro. *Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004.

Wijayanti, Surya, dan Elisabeth Christiana. "Penerapan Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Self Esteem korban Verbal Bullying pada siswa kelas XI SMAN 11 Surabaya." Surabaya, 2016.

Zuhriyah, Rohmawati, dan Christina Elisabeth. “Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Self-Esteem Korban Cyberbullying Pada Siswa,” 2017.

